ARTA DE A TRĂI
magazin

Nr. 3, Aprilie 2003

20.000 LEI

REVISTĂ DE SUFLET

Scanned with OKEN Scanner

OCCIDENT

Avem clădiri mai mari, dar suflete mai mici;
autostrăzi mai largi, dar minți mai înguste.
Cheltuim mai mult, dar avem mai puțin;
cumpărăm mai mult, dar ne bucurăm mai puțin.
Avem case mai mari, dar familii mai mici,
Avem mai multe accesorii, dar mai puțin timp;
avem mai multe funcții, dar mai puțină minte,
mai multe cunoştințe, dar mai puțină judecată;
mai mulți experți şi totuşi mai multe probleme,
mai multă medicină, dar mai puțină sănătate.

Ne-am multiplicat averile, dar ne-am redus valorile.
Vorbim prea mult, iubim prea rar şi urîm prea des.
Am învățat cum să ne cîştigăm existența,
dar nu cum să ne facem o viață,
Am adăugat ani vieții şi nu viață anilor.

Plănuim mai multe, dar realizăm mai puține.
Am învățat să ne grăbim, dar nu şi să aşteptăm.

Aminteşte-ți să petreci mai mult timp cu persoanele iubite,
pentru că nu vor fi lîngă tine o eternitate.
Aminteşte-ți să spui o vorbă bună copilului care te venerează,
pentru că acel copil va creşte curînd şi va pleca de lîngă tine.

Aminteşte-ți să-l îmbrățişezi cu dragoste pe cel de lîngă tine,
pentru că aceasta este singura comoara pe care o poți oferi.
Aminteşte-ți să-i ții pe cei dragi de mînă şi să prețuieşti acel
moment, pentru că într-o zi acea persoană nu va mai fi lîngă tine.
Fă-ți timp să iubeşti, fă-ți timp să vorbeşti,
fă-ți timp să împărtăşeşti gîndurile prețioase pe care le ai.

Scanned with OKEN Scanner

Pentru Marga cu toată dragostea! Mopa
20.04.2003

Arta de a trăi magazin

Nr. 3, aprilie 2003

CUPRINS

Editorial – Arta de a vorbi, de *Cristian Constantin Țurcanu*	2
Calea Crucii, de *Hamsa Theodor*	3
Paştele de altădată, de *Marcel Lutic*	9
Comentarii la rugăciunea „Tatăl nostru”, de *Cristian Constantin Țurcanu*	12
Răspunsul la rugăciune, de *Ecaterina Turtureanu-Hanganu*	17
Libertate, fericire, sănătate, de *Dora Pop*	19
Dumnezeu şi sărăcia noastră, de *Adrian Oroşanu*	22
Nevrozele... de primăvară şi nu numai, de *Dr Alexandrina Petrea*	24
Ipostaze ale Principiului Feminin (II), de *Mihaela Feraru şi Cristian Constantin Țurcanu*	26
Sfîntul Serafim de Sarov, de *Constantin Chirilă*	30
Învățătorul, de *Camelia Radu*	36

Arta de a Trăi magazin
Editura SOLARIS
Asociația „Arta de a Trăi” – Iaşi

Redactor şef: Cristian Constantin Țurcanu
Redactori: Camelia Radu, Constantin Chirilă, Dora Pop, Mihaela Feraru, Marcel Lutic, Hamsa Theodor, Adrian Oroşanu, Dr. Alexandrina Petrea, Ecaterina Turtureanu Hanganu
Distribuție: Eugen Panaitiu
Tehnoredactare: Liliana Amarandei
Adresa de contact: Arta de a trăi magazin, C.P. 19, O.P. 1, Iaşi, 6600
Email: redactie@artadeatrai.ro, artadeatraimagazin@yahoo.com
URL:www.artadeatrai.ro , Administrator website: Adrian Mîndruță-Tănăsescu
ISSN **1583-5626**

Scanned with OKEN Scanner

Arta de a vorbi

Dacă viaţa unui om poate fi privită ca suma tuturor expresiilor sale, vorbirea este cea mai importantă componentă a vieţii. Este adevărat că orice om are o scînteie divină în el şi prin aceasta sîntem egali între noi şi în acelaşi timp sîntem asemenea lui Dumnezeu. Problema este că foarte puţini oameni reuşesc să devină conştienţi de această scînteie divină şi să trăiască la înălţimea celei mai înalte înzestrări pe care o au. Ca atare, pentru că noi oameni nu reuşim să trăim la înălţimea Sinelui Suprem cu care sîntem înzestraţi, ajungem să ne identificăm cu emoţiile, sentimentele şi, mai ales, cu gîndurile noastre. Iar din perspectiva acestor identificări, devenim foarte diferiţi între noi. Chiar dacă toate manifestările noastre, mă refer aici la toate emoţiile, sentimentele şi gîndurile pe care le avem, sînt susţinute de către Sinele Suprem, ele diferă de la un om la altul, în funcţie de priceperea acestuia de a-şi utiliza gîndirea.

Tot aşa cum două calculatoare identice pot funcţiona foarte diferit în funcţie de programele pe care le au instalate, la fel şi oamenii sînt foarte diferiţi în funcţie de „programele" după care trăiesc. În domeniul calculatoarelor, toate programele sînt obţinute pe baza unui *limbaj de programare*. Analog, în cazul oamenilor, toate programele după care trăim sînt obţinute pe baza limbajului sau a vorbirii.

Textele spirituale ne atrag atenţia în mod repetat asupra faptului că limbajul sau vorbirea este o forţă extraordinar de mare. Cînd am ajuns să conştientizez acest lucru am rămas uimit de modul în care omul, efectiv, îşi programează trăitul prin intermediul limbajului. Cuvintele pe care le rostim sau numai le gîndim sînt extraordinar de puternice. Gîndiţi-vă că este de ajuns să rostiţi cîteva cuvinte şi puteţi fi omorîţi pentru ceea ce aţi spus! Gîndiţi-vă că este de ajuns să ascultaţi doar cîteva cuvinte şi să vă schimbaţi radical starea sufletească. Vorbirea este ca un întreg arsenal militar în mîinile unui copil sau ale unui om iresponsabil. El se poate distruge oricînd sau îi poate distruge pe ceilalţi printr-un singur gest, adeseori neconştientizat sau, altfel spus, fără să intenţioneze acest lucru.

Iisus spunea că nu ceea ce intră în gura omului, ci ceea ce iese din gura lui îl poate face să fie rău sau bun. Iar din gura omului nu ies decît cuvintele. În mod indirect, în acest caz, Iisus s-a referit la limbajul omului. Astfel, dacă aspiraţi la o viaţă frumoasă, faceţi-vă frumoasă vorbirea. Căutaţi să nu mai rostiţi nici o răutate. Nu mai folosiţi niciodată cuvintele pentru a judeca sau pentru a vorbi de rău pe cineva. Folosiţi cuvinte frumoase ori de cîte ori deschideţi gura pentru a vorbi. Străduiţi-vă să eliminaţi toate cuvintele triviale, înjurăturile, toate cuvintele pe care le folosiţi pentru a judeca şi condamna. Feriţi-vă să vă autolimitaţi puterea prin expresii de genul „nu pot", „sînt obosit", „nu sînt capabil", „sînt urît" etc.

Transformaţi-vă vorbirea şi veţi vedea cum toată viaţa voastră se va transforma. Cuvîntul este o putere gigantică. Învăţaţi să o folosiţi cu înţelepciune. Şi nu este nevoie de studii specializate în acest sens. Este de ajuns să vorbiţi tot timpul frumos. Să vorbiţi doar pentru a susţine binele, adevărul, dragostea, iar Binele, Adevărul şi Dragostea vă vor susţine pe voi. Realizaţi controlul vorbirii doar cîteva zile şi vă veţi convinge de puterea cuvintelor.

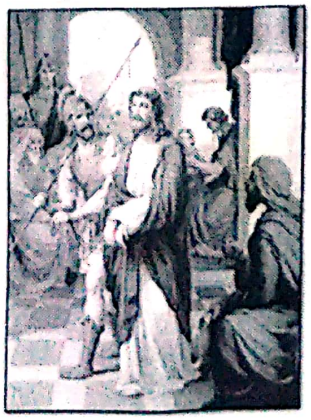
Scanned with OKEN Scanner

CALEA CRUCII

Hamsa Theodor

Crucificarea lui Iisus a constituit pentru mulți oameni calea de deschidere a inimilor față de învățăturile Sale spirituale. Faptul că cel care a făcut atîtea minuni, şi a manifestat atîta dragoste față de cei săraci şi oprimați sau care, cel puțin, a însuflețit inimile atîtor oameni, a sfîrşit prin a suferi atît de mult, nu are cum să nu ne înduioşeze inimile! Înainte de a accepta o învățătură sau alta, orice om o evaluează din perspectiva satisfacerii propriilor nevoi sau din perspectiva propriei sale înțelegeri asupra vieții. Ca atare, dacă predicile lui Iisus nu i-a făcut pe mulți oameni să-L privească cu respect, modul în care El a „murit", i-a înduioşat pe mulți, chiar dacă nu i-au înțeles nici un cuvînt din învățătura pe care a propovăduit-o. Pentru cei care nu vedeau în Iisus decît un om, care vorbea şi El acolo ca oricare altul de teapa Lui sau care avea ceva puteri magice mai aparte, faptul că a fost omorît într-un mod atît de brutal, a constituit o primă deschidere a sufletelor față de El. Şi pentru că noi nu ne deosebim într-o măsură prea mare de contemporanii lui Iisus, tindem să-L percepem în primul rînd din perspectiva existenței lui umane şi să manifestăm cea mai mare deschidere față de El, mai ales atunci cînd ne gîndim la suferințele pe care le-a îndurat prin crucificare. Tocmai de aceea pentru creştini, cea mai intensă perioadă de trăire spirituală este în „săptămîna mare" care precede sărbătoarea Învierii. Aceasta este săptămîna în care orice creştin devine ceva mai viu din punct de vedere spiritual şi acest lucru se petrece tocmai prin raportarea la suferința resimțită de Mîntuitor.

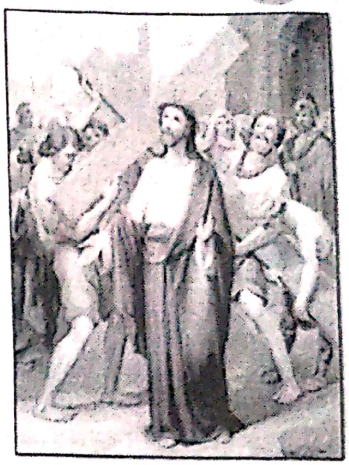
Fructificarea acestui aspect, tragismul crucificării, este foarte bine realizată în special de către catolici prin ceremonia numită şi Calea Crucii. Ei urmăresc într-un cadru ceremonios să parcurgă drumul crucii care a fost împărțit în paisprezece momente importante, marcate prin paisprezece cruci plasate, la modul ideal, de-a lungul unui drum pe un deal din apropierea localității. Astfel, credincioşii pornesc de la momentul judecării lui Iisus şi ajung la momentul înmormîntării. În continuare vom puncta succint semnificația fiecărei opriri pe drumul crucii, opriri care ne oferă totodată teme profunde de meditație şi transformare.



Primul pas pe Calea Crucii ne cere să ne reamintim modul în care a fost judecat Iisus. Fiul lui Dumnezeu este condamnat la moarte de către cei care nu i-au putut primi învățătura şi de către cei care s-au simțit amenințați de ea. El primeşte să sufere şi să moară pe cruce, pentru ca prin Patimile Lui să preia păcatele oamenilor şi să creeze o cale sigură de mîntuire pentru toți aceia care aspiră sincer la aceasta.

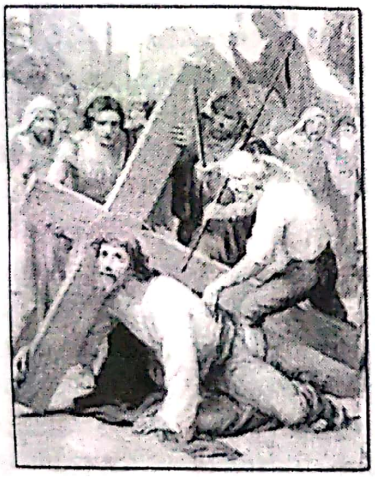
Cu prilejul reamintirii acestui moment noi putem să adresăm o rugăciune Mîntuitorului prin care să-i cerem să ne întărească sufletele astfel încît să putem şi noi îndura toate învinuirile, ocara şi judecata nedreaptă a altora.

Scanned with OKEN Scanner



Al doilea pas se petrece tot în curtea palatului roman. Lui Isus i se pune Crucea pe umeri, să o ducă la locul de răstignire. După ce o noapte întreagă a fost batjocorit, pălmuit şi biciuit, acum, slăbit, acoperit de răni, primeşte şi Crucea pe umerii Săi.

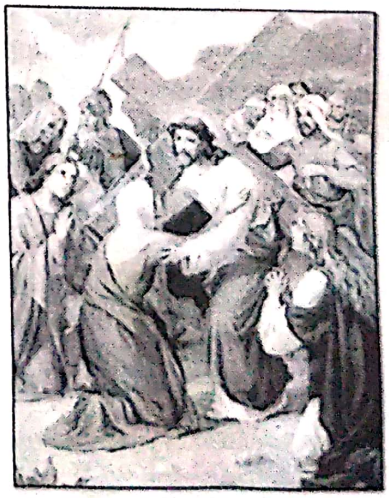
Acesta este exemplul care ne poate oferi imboldul necesar pentru a ne accepta propriile cruci pe care le avem de dus în această viaţă spre mîntuirea celor dragi. Dacă pentru a fi de folos celor pe care îi iubim trebuie să suferim, să renunţăm la plăcerile noastre sau la confort şi comoditate, atunci este bine să o facem aşa cum Mîntuitorul a acceptat crucea pe umerii Săi.



Odată ce i-a fost dată crucea din lemn masiv, să o ducă pînă la locul execuţiei, Iisus porneşte la drum. Cu trupul însîngerat, cu coroana de spini pe cap, flămînd, nedormit, bătut, El poartă acum pe umeri o cruce foarte grea. După o bucată de drum cade. La fel ca şi în timpul judecăţii, Mîntuitorul nu spune nimic. Nu-L auzi plîngîndu-se, nu-L auzi judecîndu-i pe opresorii Săi. Ostaşii Îl ridică, şi Îi pun din nou crucea pe umeri. Iisus îşi continuă drumul.

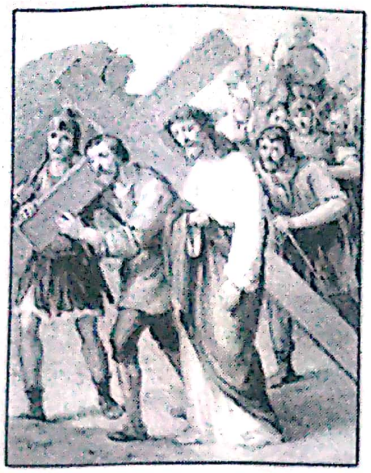
Asemenea Lui şi noi trebuie să ne ridicăm şi să ne continuăm drumul ori de cîte ori cădem. Este uman să cazi sub povara crucii, este uman să mai greşeşti faţă de cei pe care îi iubeşti, dar tot uman este să continuăm să-i iubim şi să ne ridicăm pentru a merge mai departe.

Să ne rugăm: „O, Doamne Iisuse, eu de multe ori am fost nerăbdător şi m-am plîns de necazurile pe care le-am avut. Dă-mi, Doamne, smerenia şi răbdarea Ta".



Urmează un moment tulburător. Fecioara Maria care auzise de condamnarea lui Iisus a pornit să-şi petreacă Fiul pe drumul către Golgota. Cînd Maria ajunge pe drumul pe care era dus Mîntuitorul, acesta se opreşte. O priveşte adînc fără să spună nimic. Dar ce-ar mai fi fost de spus? Şi ce cuvinte ar mai putea să se nască într-o inimă cuprinsă de atîta durere? Prin această durere, dată de vederea fiului ei schingiuit, Maria se jertefeşte alături de Iisus pentru noi toţi.

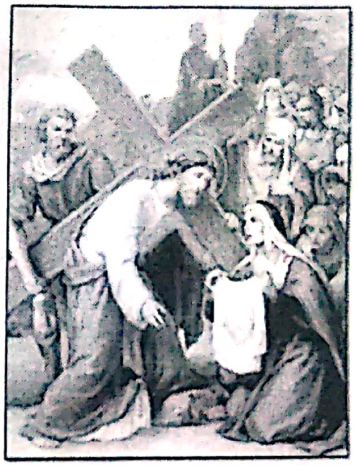
Scanned with OKEN Scanner



Iisus arată din ce în ce mai slăbit sub greutatea Crucii. Executorii îl iau de pe marginea drumului pe țăranul Simeon Cireneul, care venise să vadă trecerea lui Iisus, şi-l pun să-i ducă Crucea. Acesta însă n-a fost un act de milă din partea dușmanilor, ci ei se temeau ca Iisus să nu moară înainte de a fi înălțat pe Cruce, ceea ce ar fi dat o cu totul altă semnificație acestui moment.

Următoarea oprire este legată de un gest profund uman, un fel de esență a întregii învățături creştine. O femeie despre care textul evanghelic nu pomeneşte nimic înainte de acest moment, Veronica cea evlavioasă, vede fața lui Isus plină de sudoare, sînge şi noroi. Îi este milă de El. Trece printre soldați asumîndu-şi riscul de a fi condamnată şi cu marama sa şterge Fața preasfîntă a Domnului.

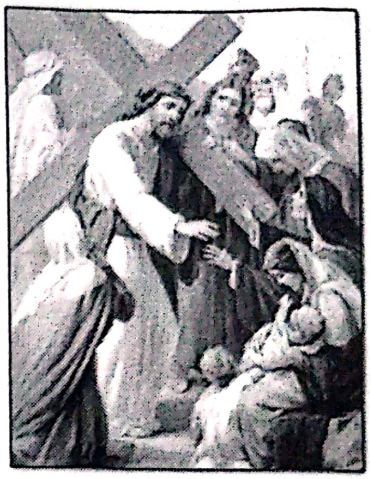
Învățătura desprinsă din acest moment este că trebuie să avem milă față de cei care se află în suferință şi să le venim în ajutor chiar fără să ne ceară aceasta!



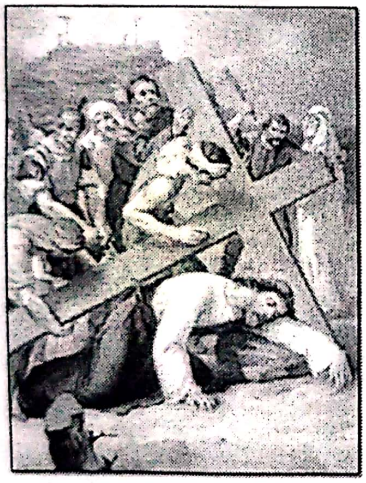
După acest moment, urmează a doua cădere a lui Iisus. Nu ştim ce i-a determinat pe soldați să-L pună din nou pe Iisus să-şi ducă singur crucea, dar aceasta a ajuns din nou pe umerii Săi şi L-a făcut să cadă încă odată. Dușmanii lui rîd, Îl batjocoresc, Îl îmbrîncesc, Îl ridică, Îi pun din nou Crucea pe umeri şi-L împing să meargă mai departe.

Faptul că Iisus a fost pus să-şi ducă din nou crucea are legătură directă cu gestul Veronicăi. Vrăjmaşii lui Iisus, cu inimile rele nu s-au simțit deloc bine în fața unui suflet atît de bun. Aşa cum unii oameni îşi trezesc bunătatea şi mila atunci cînd văd răul, alții îşi trezesc răutatea şi cruzimea atunci cînd văd binele. Astfel, a ajuns Iisus să-şi ducă din nou crucea şi să cadă iar sub povara ei.

Scanned with OKEN Scanner

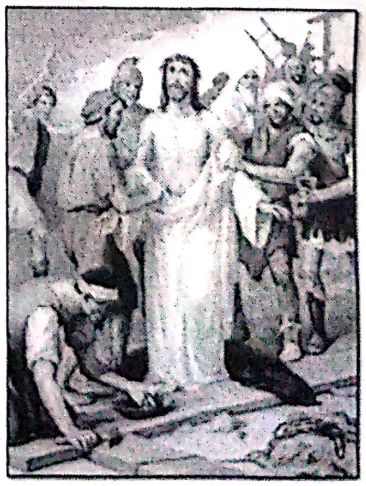


La a opta oprire Iisus vorbeşte unui grup de femei, care îl plîngeau, înduioşate fiind de suferinţa lui. "Nu mă plîngeţi pe mine, fiice ale Ierusalimului, ci vă plîngeţi pe voi şi pe fiii voştri." - le spune Iisus, gîndindu-se la consecinţele dureroase ale faptului că oamenii nu L-au recunoscut şi nu L-au acceptat ca fiu al lui Dumnezeu. Gîndindu-ne la acest moment ar trebui să spunem: „O, Iisuse, în zadar Te voi plînge pe Tine, dacă nu voi plînge păcatele mele."



Isus este tot mai slăbit. Puterile Îl părăsesc şi cade a treia oară sub greutatea Crucii. Ostaşii însă din nou Îl ridică, Îl înjură, Îl îmbrîncesc înainte, să continue drumul, cît mai este pînă pe culme, unde Îl aşteaptă chinurile cele din urmă, sub care Îşi va da sufletul.

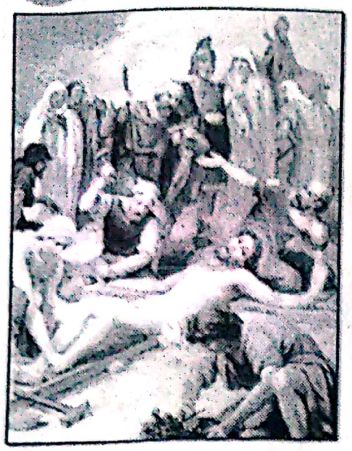
Această a treia cădere a lui Iisus are multe semnificaţii şi ne îndeamnă la multe înţelegeri profunde şi tainice. Aceste „căderi" sînt cu atît mai semnificative cu cît credem în natura divină a Mîntuitorului. El, care ţine Cerul şi Pămîntul, a trebuit să cadă de trei ori sub povara crucii ca să ne facă să înţelegem că oricine poate să cadă uneori. De aceea, noi oamenii trebuie să fim îngăduitori cu cei care cad şi cu noi înşine, atît timp cît ne ridicăm şi mergem mai departe, nu spre „moarte" aşa cum mergea Iisus, ci spre mîntuirea şi izbăvirea sufletelor noastre.



A zecea oprire a avut loc sus, pe Golgota, Crucea este culcată la pămînt şi se sapă groapa în care va fi înălţată. Cîţiva soldaţi Îl apucă pe Iisus şi-L dezbracă. Trăgînd cămaşa prinsă de răni, sîngele porneşte în şiroaie pe spatele şi braţele lui Iisus.

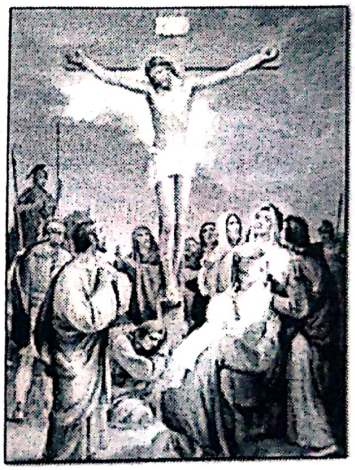
Isuse, acum toţi putem vedea trupul Tău încărcat de răni. Ele sînt rănile provocate de păcatele trupeşti ale oamenilor. Tu, care hrăneşti şi îmbraci toată făptura, stai dezbrăcat, cu trupul însîngerat, în faţa tuturor. Cine ar putea să rămînă rece privindu-Te astfel?

Scanned with OKEN Scanner

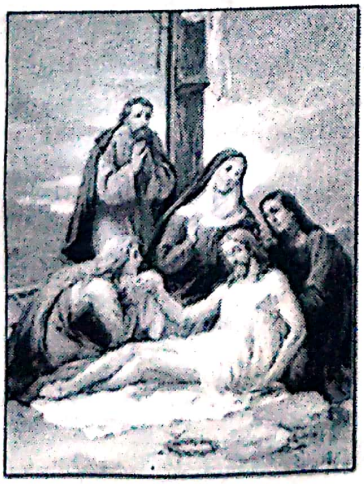


Următorul moment ne invită să privim cu ochii larg deschişi o scenă de-a dreptul terifiantă. Iisus este culcat pe Cruce. Călăii soldaţi îi întind mîinile; ciocanele bat piroanele colţuroase ce străbat prin palmele şi picioarele Lui; sîngele curge, Isus suferă cumplit, dar nu zice un cuvînt, nu scoate un vaiet, pentru că vede păcatele noastre şi pentru acelea voieşte să sufere.

Ochii multora nu pot să privească o asemenea scenă. Fiori cumpliţi ne străbat sufletele asemenea unor fulgere. Putem simţi cuiele străbătîndu-ne propria carne?



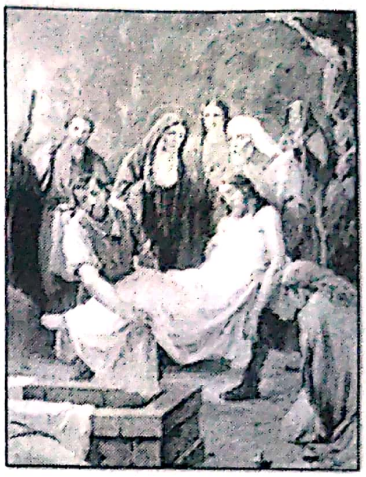
Al doisprezecelea moment este acela în care Crucea a fost ridicată. Iisus se chinuie cumplit, atîrnat în trei cuie între cer şi pămînt. Duşmanii se bucură de chinurile Lui şi-L hulesc, iar El se roagă: "Părinte, iartă-le lor, că nu ştiu ce fac." După trei ore de chinuri, strigă: „Părinte, în mîinile Tale îmi dau sufletul!" Apoi, plecîndu-şi capul, moare. Iisuse, Tu, batjocorit, hulit, răstignit pe cruce, între chinurile morţii, Te rogi şi ceri iertare pentru ucigaşii Tăi. Voi fi răbdător şi eu, ca Tine, mă voi ruga pentru duşmanii mei. Cît eşti de bun Tu Doamne!



După ce Iisus a murit, doi bărbaţi cucernici, Iosif din Arimateea şi Nicodim, au luat trupul de pe Cruce ca să-L înmormînteze. Îndurerata Mamă L-a primit în braţele Ei, I-a spălat faţa de sînge, I-a rînduit părul, I-a sărutat rănile sfinte, apoi, împreună cu femeile evlavioase, L-a uns cu mir şi L-a învelit în pînză albă.

Acesta este un moment de o pace sufletească profundă. După cumplitele dureri resimţite de imaginea torturii, acum sîntem în acelaşi timp trişti şi împăcaţi. Îl putem atinge din nou, ne putem bucura din nou de El, în linişte fără a mai auzi glasurile duşmanilor care au plecat satisfăcuţi.

Scanned with OKEN Scanner



Urmează ultima oprire. Iosif şi Nicodim, luînd pe braţele lor trupul lui Iisus, urmaţi de femeile evlavioase, L-au dus şi L-au aşezat într-un mormînt nou, tăiat în stîncă, iar la intrarea mormîntului au pus o lespede mare de piatră. Fecioara Maria L-a petrecut cu inima sfîşiată de durere. I se părea că şi inima şi-a îngropat-o odată cu Fiul ei scump. De acum îl mai putem vedea pe Iisus doar în inimile noastre. L-am îngropat, dar El a înviat şi bate la uşa inimii noastre neîncetat. Deschizîndu-i, vom învia şi noi!

✝

RUGĂCIUNE DE ÎNCHEIERE

„O, preamilostive Iisuse, care prin cumplitele Tale chinuri şi prin moartea Ta pe Cruce ne-ai mîntuit pe noi de osînda şi de chinurile iadului, Îţi ofer această Cale a Crucii, pe care am săvîrşit-o acum întru amintirea sfintelor Tale patimi, pentru întoarcerea păcătoşilor, pentru pacea lumii, pentru îndreptarea şi întărirea sufletului meu şi pentru toţi aceia pe care îi iubesc şi pe care vreau să-i cuprind în această rugăciune. Te implor, Doamne Iisuse, dă-ne darul şi puterea de a ne îndrepta vieţile şi de a rămîne statornici pe calea binelui, a iubirii şi a adevărului. Sădeşte-ne în inimi sfînta credinţă şi dragostea înflăcărată pentru Tine. Amin.”

Scanned with OKEN Scanner

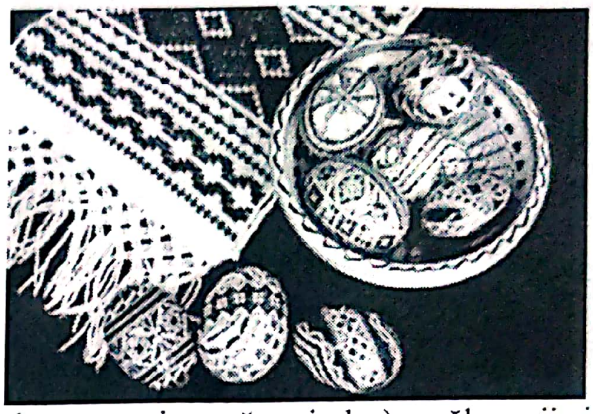
PAŞTELE DE ALTĂDATĂ

Marcel Lutic

După o lungă perioadă de post, Paştele era aşteptat ca o izbăvire, ca o izbîndă a luminii asupra întunericului, a binelui asupra răului, a primăverii asupra iernii. Paştele românilor, ca şi al altor popoare nu era doar o sărbătoare strict creştină, ci, tocmai pentru că a fost plasat în perioada de trecere de la rece la cald, conţinea şi o mulţime de practici, obiceiuri şi credinţe precreştine; amestecul acesta de precepte curat creştine cu cele vădit păgîne au avut drept rezultat o sărbătoare unică în calendarul poporului, sărbătoare pe care vom urmări să o prezentăm concis în prezentul articol.

Ultima săptămînă a postului mare, Săptămîna Patimilor, sau Săptămîna Mare, era inclusă, din punct de vedere bisericesc, în sărbătoarea Paştelui, deşi în această perioadă postul continuă chiar cu o mai mare intensitate. Bătrînii obişnuiau să mănînce puţin în seara Duminicii Floriilor, după care nu mai mîncau pînă în Joia Mare, cînd, de regulă, se împărtăşeau, postul negru fiind continuat apoi pînă la Paşti. Cei mai tineri mîncau în această săptămînă doar pîine şi fructe uscate, şi nu consumau decît apă de izvor. Bineînţeles că strămoşii noştri nu-şi închipuiau problema postului rezolvată numai prin abţinerea de la mîncare, ci aveau grijă să nu vorbească mult sau urît, să nu se sfădească şi să nu (se) supere pe nimeni, să nu aibă relaţii sexuale.

Din Joia Mare bărbaţii se linişteau şi ei pe lîngă case, străduindu-se să termine curăţenia prin ogrăzi şi grădini; femeile pregăteau de zor copturile rituale



(cozonac şi pască mai ales), ouăle roşii şi încondeiate şi friptura de miel. Îndeobşte, cozonacii erau lunguieţi, amintind prin această formă de sicriul în care a fost îngropat Domnul Iisus. Pasca se făcea numai din făină curată de grîu ales, cernută printr-o sită deasă; pasca pentru biserică avea în mijloc o cruce făcută tot din aluat, această pască numindu-se a Paştilor. Pentru copii şi săraci se pregăteau aşa numitele „păscuţe". Aproape firesc, la revenirea de la biserică, primul aliment din care se gusta era pasca. Cozonacul şi pasca, pîinea în general, erau considerate de oamenii de altădată alimente spirituale, daruri fără de preţ ale cerului; prepararea pîinii impunea anumite reguli, astfel nu puteau face pîine femeile necurate şi cele care omorîseră vreodată broaşte; cozonacul şi pasca se făceau, de obicei, în Joia Mare sau în sîmbăta Paştelui, punîndu-se în cuptor în cea mai desăvîrşită linişte; se folosea mai ales mîna dreaptă, vizitele străinilor în acele momente fiind de rău augur; numărul tăvilor trebuia să fie cu soţ, altfel, gospodinei îi putea muri bărbatul!

Scanned with OKEN Scanner

Tot femeile aveau grijă ca noaptea Învierii să-i prindă pe toţi cei ai casei cu un rînd de haine noi sau măcar cu o cămaşă nouă.

Sîmbătă seara, cînd prindea a se îngîna ziua cu noaptea, cînd toate pregătirile erau încheiate, oamenii începeau o mulţime de datini şi obiceiuri. Spre aducere aminte şi neuitare de tot, vom readuce cîteva în atenţia dumneavoastră.

În unele locuri era obiceiul de a se face focuri mari în preajma bisericilor, motivaţia fiind legată de credinţa că în această noapte continuă să sosească pe pămînt sufletele morţilor; unii creştini spuneau că aceste focuri păzesc Paştele, iar alţii că numai aşa pot vedea comorile îngropate pe timpuri. Pentru că multe dintre sufletele ce reveneau acum pe pămînt erau rele, oamenii îşi luau măsuri de apărare. Într-una din ele se lua toaca de la boserică de mai mulţi flăcăi şi se ducea în cimitir, aici trebuind să fie păzită de eventualii hoţi; cei care veneau să o fure erau ospătaţi, a doua zi, de către păzitorii neosteniţi.

Miezul nopţii era marcat prin focuri de armă sau de săcăluş, zgomotul acestora constituind semnalul la care sătenii se trezeau din somn şi se pregăteau să meargă la biserică. Prima grijă la ridicatul din pat era să calce pe un aşternut, căci altfel îi usturau tălpile peste vară. Toţi ai casei si, mai ales, fetele mari se spălau într-un lighean cu apă proaspătă, în care se puneau un ou roşu , unul sau mai mulţi bănuţi de argint şi un fir de busuioc. Îmbrăcaţi în cele mai noi şi mai frumoase straie, porneau spre biserica satului, păscăriţa sau coşul cu pască fiind dusă de capul familiei. Despre cei care, sănătoşi fiind nu voiau să meargă la biserică la slujba Învierii, se spunea că se vor îmbolnăvi şi vor fi în nevoi şi neajunsuri pînă la Paştele următor.

Conform unei credinţe larg răspîndită în spaţiul românesc, în noaptea Învierii se deschide raiul şi se închide iadul, acestea rămînînd aşa pînă la Ispas sau la Rusalii; despre cei care mureau în această perioadă se credea că mergeau direct în rai, chiar dacă ar fi făcut oricît de multe păcate, în vreme ce despre copiii născuţi acum şi, mai ales despre cei născuţi în noaptea Învierii, se spunea că vor fi norocoşi toată viaţa.

Multe credinţe erau legate de obiectele, alimentele şi plantele duse la biserică spre sfinţire, care, păstrate, erau bune în tot felul de situaţii critice. Astfel, nafura pusă în sarea vacilor ar fi determinat fătarea a mai multor viţici decît viţei; tămîia era bună de afumat prin casă la furtuni mari, şi pe toţi cei care se speriau prea uşor; slănina, topită sau nu, era folosită la vindecarea multor boli ale vitelor în vreme ce sarea era păstrată mai ales pentru sfinţirea fîntînilor; usturoiul era indicat, evident, împotriva strigoilor şi

Scanned with OKEN Scanner

pentru cei bolnavi de vătămătură, în timp ce cu busuioc se afumau oamenii cu dureri de gît.

Sătenii care din motive bine întemeiate nu mergeau la biserică puteau să ia în loc de nafură, muguri de răchită, măr sau brad, copacii aceştia fiind consideraţi sfinţi mai ales în noaptea de Înviere.

Fetele bătrîne, în momentul în care preotul spunea pentru întîia oară „Hristos a înviat!", ziceau repede „eu să joc înainte", sperînd să fie jucate la hore şi să se mărite şi ele odată. Unele fete spălau în această noapte limba clopotului cu apă neîncepută, crezînd că apa aceasta va face flăcăii să alerge la dînsele precum merg oamenii la Înviere. Alte fete dornice de măritiş îşi puneau un ou roşu în sîn cînd mergeau la biserică, uneori lipind coji de ou pe la uşile caselor ca să vină peţitorii mai degrabă.

Întoarcerea acasă de la biserică se făcea întotdeauna cu lumînările aprinse; aceste lumînări se păstrau cu sfinţenie, fiind bune la tot felul de cumpene mari, pentru alungarea duhurilor rele sau în descîntecele de dragoste. Înainte de a ajunge în casă, capul familiei făcea o oprire în grajd, aici atingînd capul vitelor cu păscărita în care se afla pasca sfinţită. În casă toată familia gusta din alimentele sfinţite, în timpul mesei fiind interzisă băgarea mîinii în solniţa cu sare, altfel respectivului îi asudau mîinile peste vară. Oasele rămase de la miel erau îngropate lîngă un măr sau un păr sănătos, în credinţa că toată familia va fi sănătoasă pînă la Paştele următor. La sfîrşitul mesei, cei mai tineri ţineau ouă roşii sfinţite, iar cei mai în vîrstă le ciocneau, spunîndu-se că făcînd aşa oamenii aceştia se vor întîlni pe lumea cealaltă. O regulă strictă cerea ca, în prima zi de Paşti, ouăle să se ciocnească numai „cap cu cap" în a doua zi, „cap cu dos", iar în a treia zi „dos cu dos".

Fetele şi flăcăii obişnuiau în dimineţa primei zile de Paşti, înainte de răsăritul soarelui şi fără a fi văzuţi de nimeni să se scalde într-o apă curgătoare spre a fi „iuţi, sprinteni, uşori, sănătoşi, harnici şi iubiţi".

În Transilvania s-a practicat, tot în prima zi a Paştelui, Bricelatul, personajul central al obiceiului fiind flăcăul care ieşise primul la arat, acest flăcău îi pedepsea pe toţi cei care greşiseră în vreun fel în postul care trecuse; pedeapsa consta într-o bătaie la tălpi cu un băţ numit vergel. Obiceiul se termina cu o petrecere, repetată şi în celelalte zile ale Paştelui.

A doua zi de Paşti începeau vizitele între rude şi prieteni, tinerii obişnuind să se ude între ei. Uneori fetele erau băgate în apă cu tot cu haine, aceasta bucurîndu-le deoarece un asemenea tratament le asigura un măritiş rapid.

Petrecerile cu lăutari începeau de regulă a doua zi, avînd loc adesea în curtea bisericii, aici oamenii ciocnind ouă roşii, bătînd toaca şi dîndu-se în scrînciob, toate în speranţa că inul şi cînepa vor creşte mari.

Acesta era pe scurt Paştele de altădată. Simţită ca o sărbătoare a reînvierii naturii, dublată de Învierea Domnului Hristos, sărbătoarea Paştelui a fascinat şi a adus bucurie şi speranţă mereu.

Hristos a înviat!

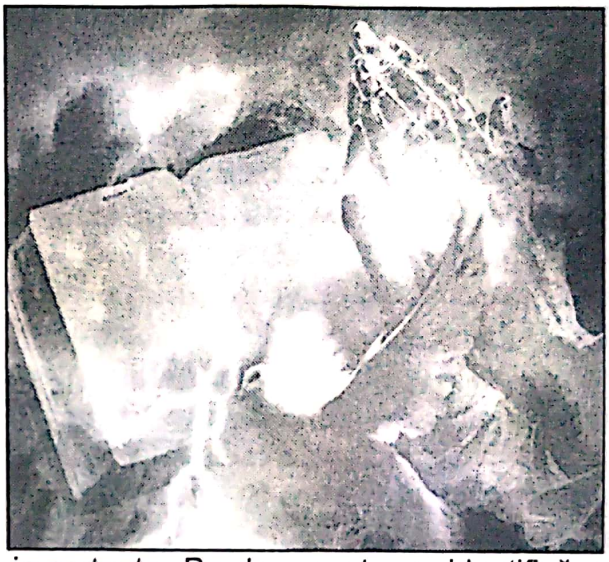
Comentarii la rugăciunea „Tatăl nostru”

Cristian Constantin Țurcanu

Tatăl nostru care eşti în ceruri
Sfinţească-se Numele Tău, vie Împărăţia Ta
Facă-se voia Ta.
Precum în Cer aşa şi pe Pământ

Pîinea noastră cea de toate zilele
Dă-ne-o nouă astăzi
şi iartă greşelile noastre
precum şi noi iertăm greşelile greşiţilor noştri.

Şi nu ne lăsa să cădem în ispită
Şi ne izbăveşte de cel rău şi viclean.
Amin.



Tatăl nostru este o rugăciune, la fel ca şi omul, alcătuită din două părţi. Prima parte are rolul şi darul de a crea o stare lăuntrică elevată din punct de vedere spiritual, iar a doua parte conţine cererile propriu-zise. Cu alte cuvinte, înainte de a cere ceva cuiva trebuie să fii într-o stare sufletească potrivită. Este necesar să creezi în tine însuţi condiţiile pentru a putea primi ceea ce vrei să ceri. De exemplu, opreşti un om pe stradă ca să-i ceri informaţii cu privire la o adresă şi în timp ce omul respectiv îţi vorbeşte, tu te uiţi în altă parte şi chiar începi să te gîndeşti la alte lucruri. În aceste condiţii este aproape imposibil să poţi primi ceea ce ai cerut.

Starea lăuntrică pe care o creează la început rugăciunea *Tatăl nostru*, vizează o comuniune cît mai profundă cu Dumnezeu, Tatăl Ceresc. Cînd spunem cuvintele *Tatăl nostru* realizăm din punct de vedere sufletesc două lucruri foarte importante. Pe de o parte ne identificăm cu semenii noştri şi chiar cu întreaga Creaţie, pentru că nu spunem „Tatăl meu” ci *Tatăl nostru*, adică al tuturora. Pe de altă parte, rostirea primelor cuvinte ale rugăciunii ne plasează în starea de fiu al lui Dumnezeu, adică în acel moment se creează o legătură foarte puternică între noi şi Dumnezeu, o legătură cel puţin la fel de profundă ca aceea dintre un fiu şi tatăl său. Cuvintele următoare, *care eşti în ceruri,* îl plasează pe Dumnezeu simultan în toate lumile posibile datorită folosirii pluralului şi, totodată, îl plasează în transcendenţă. Adică Dumnezeu este în toate lumile într-o formă sau alta, şi în cea astrală şi în cea mentală şi în cea cauzală. Pe de altă parte pămîntul este aspectul tangibil al creaţiei, iar Cerul este de neatins, adică este transcendent faţă de materie. Deci, cuvintele *care eşti în ceruri* fac trimitere şi la aspectul transcendent al lui Dumnezeu. Doar

Scanned with OKEN Scanner

părăsind această lume vom reuşi să fim cu adevărat în comuniune cu Dumnezeu, vom reuşi să pătrundem în Inima Lui. Desigur, ultima afirmaţie trebuie să fie înţeleasă în dimensiunea conştiinţei şi nu a materialităţii, aşa cum au făcut-o unii şi s-a ajuns să se creadă că Dumnezeu poate fi „atins" doar în viaţa de apoi, adică de după moarte. Aş spune că aceasta este una dintre cele mai mari erezii în care am ajuns să credem .

Cuvintele *Sfinţească-se numele Tău* necesită un comentariu mult mai larg cu privire la ceea ce este numele lui Dumnezeu. Pentru a înţelege aceasta ar trebui să intrăm în mistica ebraică. Evreii au o sărbătoare a numelui lui Dumnezeu (cea mai importantă sărbătoare a lor). Evreii nu au voie să pronunţe numele lui Dumnezeu oriunde şi oricum. În cazul rugăciunii, cuvintele *sfinţească-se numele Tău* au rolul de a sacraliza spaţiul interior al rugătorului. Rugătorul cere ca Numele lui Dumnezeu să devină sfînt în inima lui. Omul se ştie pe sine şi este conştient că nu are puterea de a trăi tot timpul cu gîndul la Dumnezeu şi atunci îi cere acestuia să-l ajute să-şi eleveze gîndurile şi inima măcar pe durata cît se prezintă în faţa Lui pentru a vorbi cu El. Pe de altă parte conceptul de nume al lui Dumnezeu ar putea fi înţeles doar dintr-o perspectivă mistică. În primul rînd, dacă Dumnezeu ar fi avut un nume, aşa cum avem noi oamenii, i l-ar fi spus lui Moise, cînd a fost întrebat cine este, dar Dumnezeu a răspuns la întrebarea lui Moise prin cuvintele *Sînt cel care sînt*. Numele lui Dumnezeu se referă de fapt la vibraţia primordială, la prima „mişcare" a lui Dumnezeu în direcţia manifestării creaţiei. Mistica indiană are de asemenea conceptul de vibraţie primordială pe care o numeşte *spanda*. Se spune că există un sunet primordial din care iau naştere ulterior toate celelalte sunete. Dacă din punct de vedere ştiinţific astăzi se crede că întreg universul a luat naştere dintr-un punct adimensional, de ce să nu acceptăm şi ideea că toate sunetele care există au luat naştere dintr-unul singur. Şi acest Unic Sunet a fost asociat de misticii evrei şi nu numai, cu numele lui Dumnezeu. Indienii îi spun *Paravak*, grecii îi spun *Logosul Suprem*, iar sfîntul apostol Ioan i-a spus pur şi simplu *Cuvîntul*. Ceea ce au înţeles însă misticii prin sunet şi Cuvînt nu este totuna cu ceea ce înţelegem noi. Ar fi bine să facem această diferenţă pentru că nu cuvîntul rostit de gura omului este Cuvîntul primordial. Dacă nu am face această distincţie s-ar ajunge la o mare absurditate. Sfîntul apostol Ioan spune că *la început a fost Cuvîntul şi Cuvîntul era la Dumnezeu şi Dumnezeu era Cuvîntul.* Dacă noi am crede că acest *Cuvînt* este cel rostit de gura omului, înseamnă că omul l-a creat pe Dumnezeu şi nu invers. Dacă noi credem doar în cuvîntul rostit de gura omului, înseamnă că acel *Cuvînt* care a fost la început alături de Dumnezeu şi care era chiar Dumnezeu a trebuit să fie rostit de cineva, adică de cineva care a existat înainte de Cuvînt şi de Dumnezeu, ceea ce este absurd, dar este totodată corect pentru că cei mai mulţi oameni se închină la un Dumnezeu plăsmuit de imaginaţie, creat de gîndirea lor, adică de cuvintele lor.

În concluzie, cuvintele *sfinţească-se numele Tău* au rolul de a sacraliza la maxim spaţiul interior al celui care se roagă. Trebuie să fim profund transfiguraţi atunci cînd le rostim sau, altfel spus, atunci cînd le rostim ne transfigurăm, ne elevăm, ne înălţăm sufleteşte, aducem un omagiu Cuvîntului, adică celui prin intermediul căruia comunicăm acum cu Dumnezeu.

Vie Împărăţia Ta sînt cuvintele prin care se creează la nivelul structurii mentale imaginea ideală a lumii. Atunci cînd spunem *Împărăţia Ta,* în acelaşi timp mintea o şi gîndeşte. O lume transfigurată, pe deplin sacră, ia naştere

Scanned with OKEN Scanner

în mintea rugătorului. Astfel, se creează rezonanța interioară cu starea de perfecțiune.

Facă-se voia Ta sînt cuvinte care au un înțeles mai simplu. Supunerea voinței individuale față de voința lui Dumnezeu este o consecință firească a cuvintelor anterioare şi totodată o necesitate. Dacă rugătorul nu a reuşit să se transfigureze pe deplin ca urmare a parcurgerii paşilor de pînă acum, este necesar ca el să-şi exprime intenția de a accepta ordinea superioară a lumii şi de a se supune cu multă smerenie Voinței lui Dumnezeu.

Cuvintele *precum în Cer aşa şi pe Pămînt* exprimă starea de unitate a lumii care s-a recreat acum în conştiința celui care se roagă. Unificarea Cerului şi a Pămîntului într-o singură priză de conştiință, acceptînd şi imanența şi transcendența este rezultatul comuniunii totale dintre om şi Dumnezeu Tatăl. Abia acum s-a stabilit o legătură perfectă între ceea ce este jos şi ceea ce este sus. Mai întîi rugătorul este invitat să se înalțe la Ceruri, apoi să-l simtă pe Dumnezeu în lume, iar în final să conştientizeze unitatea organică între cele două aspecte ale Dumnezeirii.

Deci, prima parte a rugăciunii are darul de a induce în sufletul celui care se roagă o stare vibratorie foarte "înaltă". De asemenea, cuvintele din prima parte a rugăciunii au puterea de a remodela substanța mentală astfel încît să fie capabilă să reflecte cele mai nobile şi tainice aspecte ale dumnezeirii. Dintr-un alt punct de vedere, prima parte a rugăciunii sugerează faptul că dacă omul se va strădui să urmeze căile Domnului, toate cele lumeşti sau necesare trupului, vor veni de la sine. Dacă omul se va strădui să fie tot timpul în comuniune cu Dumnezeu, să se înnobileze sufleteşte şi să fie preocupat doar de desăvîrşirea spirituală, atunci viața sa lumească se va armoniza de la sine. A-L pune pe Dumnezeu pe primul loc în preocupările noastre este înainte de toate o necesitate şi oricine se roagă trebuie să înțeleagă acest lucru în profunzimea lui şi de aceea rugăciunea *Tatăl nostru* începe cu cele necesare acestei înțelegeri.

Partea a doua a rugăciunii, cea care conține cererile propriu-zise, începe cu împlinirea unei nevoințe de bază şi anume aceea de a ne hrăni. *Pîinea noastră cea de toate zilele* este următorul vers al rugăciunii. Prin aceste cuvinte Iisus face trimitere la orice fel de hrană. Să nu uităm că atunci cînd a vorbit despre trupul Său, a folosit ca simbol tot pîinea. Cunoştințele, sentimentele sunt hrană pentru minte şi suflet. Să nu credeți că un tip de hrană este mai bun decît altul, că hrana sufletească este mai bună decît hrana corpului. Toate se leagă între ele şi trebuie armonizate firesc. Un anumit tip de hrană fizică împiedică sufletul să vibreze intens la emoțiile superioare, iar mintea poate fi încețoşată din cauza ei. Şi invers, o stare de tristețe face ca digestia să fie parțială şi astfel apar foarte multe toxine la nivelul corpului, iar mintea va avea numai gînduri sumbre.

Dă-ne-o nouă astăzi. Aici există mai multe variante în funcție de traducători. Unii spun *pîinea noastră cea întru ființă* Alții spun *pîinea noastră cea de toate zilele/dă-ne-o nouă astăzi şi nedespărțită*. În esență este vorba despre

Scanned with OKEN Scanner

faptul că trebuie să ne gîndim la toate tipurile de hrană şi să privim fiinţa noastră în unitatea ei structurală corp-minte-suflet şi spirit.

Deci, primele cereri se referă totuşi la ceea ce numim corpul material al omului. A doua cerere se referă mai mult la corpul afectiv-emoţional, iar a treia la corpul mental.

Dacă ne-am lămurit că avem nevoie în principal de trei tipuri de hrană - pentru trup, minte şi suflet - înseamnă că putem merge mai departe.

Şi iartă greşelile noastre precum şi noi iertăm greşelile greşiţilor noştri. Cu toate că este o afirmaţie foarte limpede există probleme serioase în înţelegerea ei. În general, oamenii cer îndurare pentru orice greşeală a lor şi cer să fie pedepsite greşelile celorlalţi, mai ales dacă au fost atinşi direct de către acestea. Omul superior iartă greşelile celorlalţi şi cere să fie pedepsit aspru pentru greşelile proprii. În Noul Testament mai există o povestire în care se menţionează importanţa iertării greşelilor celorlalţi. Iertarea greşelilor celorlalţi este foarte importantă. Unii au scris cărţi întregi numai despre iertare. Acum văd că au apărut şi emisiuni de televiziune în care se urmăreşte exersarea aceleiaşi calităţi nobile - puterea de a ierta. Ca să poată ierta, omul trebuie să aibă o înţelegere superioară, să fie cît mai puţin egoist, şi să deţină un control perfect asupra Eului. Pentru a avea aceste calităţi trebuie să fie preocupat cu adevărat de îndumnezeire, altfel va exista tot timpul o limită de la care nu va mai accepta să ierte. Mulţi oameni spun că au puterea de a ierta, dar „să nu se depăşească o anumită limită". Atît timp cît anumite greşeli ale celorlalţi nu ne afectează prea mult egoul suntem iertători, mai ales că aceasta "cade bine" la imaginea personală. *De cîte ori să-l iert pe cel care-mi greşeşte? De şapte ori?* - îl întreabă sfîntul apostol Petru pe Iisus. *De şaptezeci de ori cîte şapte* - îi răspunde Iisus, sugerînd că iertarea nu trebuie să cunoască limite. Dacă Dumnezeu este pe locul întîi în viaţa unui om, atunci el înţelege că numai Dumnezeu poate ierta. Adică puterea de a ierta vine tot de la El, dar ca să o poţi primi trebuie să-ţi deschizi sufletul şi aceasta se poate face numai iertînd tu însuţi.

Apoi, cererea de a i se ierta greşelile proprii presupune că deja omul este conştient de faptul că a greşit. A fi conştient de greşelile tale este un pas important în dezvoltarea sufletului. Apoi cu mult mai important este ca omul să ajungă să ceară iertare pentru greşelile sale. Aici se dă o lovitura serioasă orgoliului, principalul soldat al egoului. Orgoliul ne consumă cele mai multe resurse vitale, el ne îndeamnă la cele mai mari prostii în viaţă şi tot el ne face să ne închidem o mie şi una de ferestre deschise cîndva spre paradis.

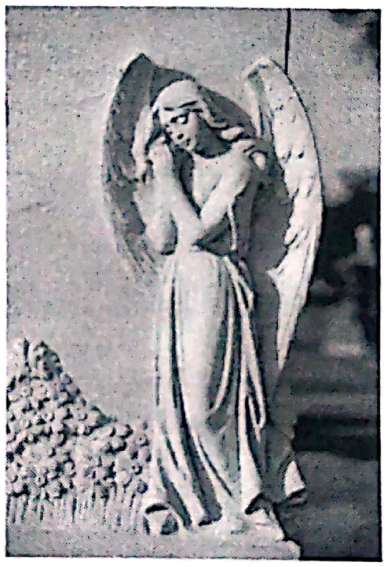
Căinţa este principala metodă de transformare în creştinism. Ea a fost propovăduită de Ioan Botezătorul. Foarte mulţi creştini trec peste etapa lui Ioan Botezătorul considerîndu-se pregătiţi pentru învăţătura lui Iisus. Nimic mai fals! Orice om care vrea să se transforme profund trebuie să înveţe să se căiască, adică să ajungă să-şi recunoască

Scanned with OKEN Scanner

greşelile şi să aibă curajul să ceară iertare pentru ele.

Urmează acum: *şi nu ne duce pe noi în ispită*. Şi aici există mai multe variante în limba română. Alţii spun *şi nu ne lăsa să cădem în ispită*. Se ţine cont de faptul că Dumnezeu nu te poate "ispiti", ci numai Satana ar fi în stare de aşa ceva şi, ca atare, se optează pentru a doua variantă.

După mine n-are importanţă varianta pe care o preferă un om sau altul pentru că şi Dumnezeu ne ispiteşte sau cel puţin este de acord ca Satana să ne ispitească (vezi cazul lui Iov). Ispitele sunt examenele pe care trebuie să le susţinem de-a lungul uceniciei sufleteşti. Ele au un dublu rol: ne verifica aptitudinile, dar le şi formează. Tot timpul avem de făcut efortul de a sublima pulsiunile instinctuale şi de a transforma pe de-a-ntregul partea animală a fiinţei. Acest lucru este mult mai bine sugerat într-o evanghelie apocrifă zisă "a lui Toma": *ferice de omul care a mîncat leul şi leul a devenit om*. Cuvîntul *ispită* a căpătat un sens peiorativ numai după ce s-a constatat că majoritatea oamenilor cad la aceste încercări, iar pe de altă parte, orice ispită cere să facem eforturi pentru a o depăşi, ceea ce implică să părăsim confortul vieţii obişnuite. Prima variantă *şi nu ne duce pe noi în ispită* este mai potrivită pentru oamenii laşi şi fricoşi. Le este teamă de ispite. A doua variantă *şi nu ne lăsa să cădem în ispită* este mult mai realistă pentru că ceea ce cerem noi este doar ajutorul de a nu cădea la încercarea prin care trebuie să trecem şi nu cerem să nu mai fim puşi la încercare. Nu fugim din faţa încercărilor, ci căutăm să le înţelegem şi, cu ajutorul lui Dumnezeu, să le depăşim, să trecem dincolo de ele.



Şi ne fereşte (sau izbăveşte) de cel rău şi viclean. Aici cred că Iisus vrea să coboare în micimea fiinţei umane. În contrast cu începutul rugăciunii, sfîrşitul ei este specific omului simplu, orb, copleşit de frîcile şi dorinţele sale. La început totul este transfigurare. Sîntem în Ceruri. La sfîrşit suntem doar oameni, cu frici şi dorinţe, cu calităţi si metehne. Dacă rugăciunea nu ar fi avut şi această dimensiune umană cred ca n-ar fi avut succesul pe care l-a avut. Dacă vrei să transformi un om, trebuie să cobori pînă la nivelul lui de conştiinţă, trebuie să-i vorbeşti pe înţeles, trebuie să-l "agăţi". Finalul rugăciunii *şi nu ne lăsa să cădem în ispită/ şi ne izbăveşte de cel rău şi viclean* este cererea firească, a oricărui om, de orice condiţie, care a obosit de atîta luptă, de atîtea greutăţi. Ar mai putea fi vorba aici, de cererea unui om care a descoperit pacea în suflet ca urmare a paşilor făcuţi în prima parte a rugăciunii şi care ar dori acum să rămînă aici, în Împărăţia Cerurilor, oarecum într-un mod asemănător în care Petru voia să rămînă pe muntele Tabor după schimbarea la faţă a lui Iisus.

Faptul că este o rugăciune totală, unica pe care ne-a lăsat-o Iisus, s-a dovedit şi prin efectele miraculoase pe care le-a avut de-a lungul secolelor în mii şi mii de cazuri. Să o repetam cît mai des, să meditäm la înţelesul şi forma pe care o are şi ne vom mîntui.

Doamne ajută!

Scanned with OKEN Scanner

Răspunsul la rugăciune

Ecaterina Turtureanu-Hanganu

Dincolo de idealul propriei vieți, care poate fi mai mult sau mai puțin clar conștientizat și exprimat, fiecare dintre noi dorește tot timpul *ceva.* De ideal, te poți apropia, îl poți urma, poți merge spre el, dar nu-l poți împlini în totalitate. Idealul are esența stelei polare și nu a fructului gata să fie cules și savurat.

Într-un fel, idealul este transcendent și imanent, aparține deopotriva timpului și spațiului uman, dar *le și depășește* pe amîndouă. Cu dorințele noastre, lucrurile stau însă altfel: ele fac parte din spațiul și timpul vieții noastre. Într-un fel, ele sunt fructele care ne jalonează calea, pe care le culegem și care ne hrănesc în timp ce ne urmăm drumul spre Ideal. Iată de ce, în momentul în care dispare dorința, dispare (mai devreme sau mai tîrziu), viața însăși, fiindcă *dorința* este aceea care ne ancorează și ne susține în existență. În ansamblu, există două mari atitudini față de dorință: filosofia orientală se bazează pe ecuația: suferința se naște din dorință, prin urmare renunțarea la dorință exprimă liniștea, odihna în sînul Creatorului, *nirvana* , pe care necunoscătorii o identifică superficial cu "stingerea"personalității (în realitate, termenul înseamnă stingerea suferinței și implicit, fericirea nesfîrșită; cel ajuns în starea de *nirvana* este în același timp conștient de propria-i persoană [deci se păstrează conștiința de sine] dar în același timp îl cunoaște în și

prin iubire pe Creatorul Divin). Filosofia occidentală nuanțează în tragic ideea de dorință, adăugîndu-i atributul *păcatului.* Mergînd pe această logică, înseamnă însă că orice rugăciune pentru împlinirea unei dorințe constituie un păcat. Și știți la ce duce aceasta? Rugăciunea înseamnă nu atît cuvintele pe care le rostim, cît ceea ce este în acel moment în sufletul nostru: adevărata rugăciune este aceea *a inimii.* Iată de ce, dacă în inima noastră avem conștiința păcatului și ideea că orice am face suntem păcătoși și Dumnezeu ne pedepsește, atunci iată ce anume se împlinește: nu cuvintele pe care le rostim, ci convingerea din sufletul nostru că merităm pedeapsa divină. Dar

Scanned with OKEN Scanner

Răspunsul la rugăciune

Ecaterina Turtureanu-Hanganu

Dincolo de idealul propriei vieți, care poate fi mai mult sau mai puțin clar conștientizat și exprimat, fiecare dintre noi dorește tot timpul *ceva.* De ideal, te poți apropia, îl poți urma, poți merge spre el, dar nu-l poți împlini în totalitate. Idealul are esența stelei polare și nu a fructului gata să fie cules și savurat.

Într-un fel, idealul este transcendent și imanent, aparține deopotriva timpului și spațiului uman, dar *le și depășește* pe amîndouă. Cu dorințele noastre, lucrurile stau însă altfel: ele fac parte din spațiul și timpul vieții noastre. Într-un fel, ele sunt fructele care ne jalonează calea, pe care le culegem și care ne hrănesc în timp ce ne urmăm drumul spre Ideal. Iată de ce, în momentul în care dispare dorința, dispare (mai devreme sau mai tîrziu), viața însăși, fiindcă *dorința* este aceea care ne ancorează și ne susține în existență. În ansamblu, există două mari atitudini față de dorință: filosofia orientală se bazează pe ecuația: suferința se naște din dorință, prin urmare renunțarea la dorință exprimă liniștea, odihna în sînul Creatorului, *nirvana* , pe care necunoscătorii o identifică superficial cu "stingerea"personalității (în realitate, termenul înseamnă stingerea suferinței și implicit, fericirea nesfîrșită; cel ajuns în starea de *nirvana* este în același timp conștient de propria-i persoană [deci se păstrează conștiința de sine] dar în același timp îl cunoaște în și

prin iubire pe Creatorul Divin). Filosofia occidentală nuanțează în tragic ideea de dorință, adăugîndu-i atributul *păcatului.* Mergînd pe această logică, înseamnă însă că orice rugăciune pentru împlinirea unei dorințe constituie un păcat. Și știți la ce duce aceasta? Rugăciunea înseamnă nu atît cuvintele pe care le rostim, cît ceea ce este în acel moment în sufletul nostru: adevărata rugăciune este aceea *a inimii.* Iată de ce, dacă în inima noastră avem conștiința păcatului și ideea că orice am face suntem păcătoși și Dumnezeu ne pedepsește, atunci iată ce anume se împlinește: nu cuvintele pe care le rostim, ci convingerea din sufletul nostru că merităm pedeapsa divină. Dar

Scanned with OKEN Scanner

suntem creştini tocmai fiindcă am primit *dovada supremă a iubirii lui Dumnezeu faţă de noi.* Dacă acceptăm ideea că Dumnezeu "ne pedepseşte" sau "se răzbună" pe noi, atunci, pe de o parte, ar trebui să renunţăm la rugăciune - fiindcă nu avem cum să-L înduplecăm, dar pe de altă parte ne pierdem însăşi *calitatea* de creştini, fiindcă, în felul acesta negăm esenţa credinţei noastre care este iubirea nesfîrşită a lui Dumnezeu faţă de Creaţia Sa.

Şi totuşi, de ce nu se împlinesc totdeauna rugăciunile noastre?

Ceea ce am spus mai sus oglindeşte imperfectiunea *modului* în care ne rugăm. Iisus ne învaţă că atunci cînd cerem un lucru, să credem că l-am şi dobîndit; dacă vom crede, atunci cînd ne rugăm, că nu merităm să-l primim, pentru că, de exemplu, Dumnezeu ne pedepseşte, atunci implicit refuzăm să primim ceea ce dorim - şi anulăm noi înşine propria noastră rugăciune; dar chiar atunci cînd sufletul şi gîndul nostru sunt *una,* nu întotdeauna rugăciunea se împlineşte. De ce? Pentru că drumul vieţii noastre este o suită de *lecţii* şi primim ceea ce ne este necesar, iar ceea ce dorim nu neapărat este şi spre binele nostru. Se spune doar, de atîtea ori: cînd Dumnezeu vrea să ne pedepsească, ne împlineşte dorinţele.

Pe de altă parte, orice lucru, orice fenomen, orice eveniment aici, pe Pămînt, are chipul lui Ianus - zeul cel cu două feţe din mitologia romană: nimic nu e numai bun sau numai rău, în orice rău există un bine şi în orice bine...există şi un rău, ascuns. Raţiunea şi intuiţia, adică mintea şi sufletul nostru, ne ajută să le descoperim. Dacă adevărata fericire constă nu atît în a avea parte de bine, cît a şti să te foloseşti *în bine* de ceea ce ai, atunci adevărata credinţă constă în a percepe cu propriul suflet că tot ceea ce ne este dat, este dat spre *binele* nostru. Dar ca să ne obişnuim să sesizăm acest Bine, izvorît din iubirea lui Dumnezeu faţă de noi, trebuie să învăţăm, la rîndul nostru, lecţia absolută pe care ne-o ofera fiecare clipă a vieţii: Iubirea.

Scanned with OKEN Scanner

Libertate, fericire, sănătate

Dora Pop

Nu există beatitudine fără conştiință şi nici conştiință fără libertate. Pentru a înțelege mai bine această legătură mă gîndeam că ar trebui să începem prin a înțelege mai întîi ce este de fapt libertatea.

Din punct de vedere etimologic, cuvîntul *libertate* vine din latinescul *liber* şi este interpretat ca şi eliberare din sclavagism, din captivitate sau ca stare de drept. Însă dacă ne limitam la înțelesul strict al cuvîntului, avem şanse mari să limităm potențialul nostru de înțelegere în practică a aceste noțiuni. Spre exemplu, din aceeaşi rădăcină latină provine şi cuvîntul *libertin* care este atributul unei persoane compromise sexual. Şi pentru că pe măsură ce căutăm să explicăm cuvintele totul devine din ce în ce mai abstract şi mai complicat, hai să lăsăm la o parte argumentele etimologice şi disensiunile fonetice şi să facem apel la capacitatea noastră de percepție interioară.

Ce este libertatea? Unul dintre profesorii mei din facultate definea odată libertatea ca fiind dreptul de a nu trăi în minciună - de a nu ne minți pe noi înşine sau pe cei din jur. După ce am meditat îndelung asupra acestei definiții, am ajuns să realizez că acest adevăr întîlneşte toate criteriile unei legi universale. Normele etice impuse de societate de-a lungul timpului au fost concepute avînd ca

premiză principiul universalității, acela de a nu face nimănui nimic din ceea ce nu-ți place să ți se facă ție. Însă ca un alt paradox, pe măsură ce înaintăm în civilizație se pare că ne implicăm tot mai mult în valurile mîloase ale nesincerității compromițînd integritatea de dragul confortului.

Dar libertatea poate fi reprezentată prin multe alte lucruri, iar nesinceritatea nu înseamnă neapărat actul de a spune o minciună ci poate însemna, aşa cum am menționat mai sus, negarea

Scanned with OKEN Scanner

dreptului nostru uman de a trăi o viaţă armonioasă. M-am hotărît să insist asupra acestui aspect pentru că l-am găsit mai potrivit contextului legăturii dintre libertate şi conştiinţă.

Am să argumentez această alegere folosind mai întîi un vechi proverb latin care spune "Minte sănătoasă în corp sănătos." Da, într-adevăr, pentru a trăi liber şi pentru a obţine o stare de conştiinţă elevată, avem nevoie de o stare de sănătate cît mai apropiată de perfecţiune. Natura ne-a oferit întotdeauna soluţii numeroase una dintre cele mai des recomandate fiind adoptarea unui regim vegetarian şi evitarea, în plus, a consumului de cafea, alcool sau toate cercetările în domeniul cancerului şi al bolilor cardiace atestă o mai mare susceptibilitate în cazul persoanelor consumatoare de carne. În susţinerea acestui punct de vedere vine şi Asociaţia Americană a Dieteticienilor (ADA). Conform cercetărilor acestei asociaţii, diferite tipuri ale regimului vegetarian au fost şi sunt folosite cu succes în numeroase programe de recuperare şi chiar de reversibilitate în cazuri severe ale bolilor arterio-coronare. O dietă vegetariană oferă de asemenea şi alte beneficii datorită conţinutului scăzut de colesterol, grăsimi saturate şi proteine de proveniență animală. Vegetarienii înclină să aibă o mai mică susceptibilitate la hipertensiune, iar consumul mărit de fibre care se găseşte în vegetale şi în fructe scade considerabil şansele cancerului pulmonar şi al colonului. Aceleaşi surse indică o rată mai mare a longevităţii decît în cazul consumatorilor de carne. Pentru că majoritatea persoanelor care vin în contact cu un asemenea regim sunt la început îngrijorate în ceea ce priveşte asimilarea cantităţii corecte de proteine, vitamine şi minerale necesare organismului, iată şi cîteva răspunsuri. Proteinele ar trebui să ocupe un procent de 10-15% din totalul zilnic de calorii. Acest procent nu reprezintă un număr ridicat şi poate fi acoperit uşor prin consumarea de produse lactate (brînză), ouă, nuci, cereale şi legume. O atenţie mai mare asupra asimilării cantităţii necesare de proteine trebuie să o acorde aceia care urmează un regim strict vegetarian. Însă un regim lacto-ovo-vegetarian echilibrat nu prezintă nici o dificultate în acest sens. Nu trebuie deci să fim îngrijoraţi în ceea ce priveşte

Scanned with OKEN Scanner

problema proteinelor. Şi nici nu trebuie să căutăm să consumăm în exces alimente care conţin proteine pentru că folosite în exces cauzează o excreţie mărită a cantităţii de calciu în organism ceea ce poate în timp genera osteoporosis sau alte probleme de sănătate.

În ceea ce priveşte vitaminele şi mineralele, un regim vegetarian nu trebuie să ne îngrijoreze deloc. Vitaminele, compuse organice care efectuează funcţii stimulînd creşterea şi reproducerea sau menţinerea sănătăţii şi vieţii, se găsesc în mai toate produsele lactate şi în vegetale.

Surse de vitamine şi minerale în regimul vegetarian

Vitamina B1: mazăre, fasole, pepene, cereale

Calciu: lapte, brînză, spanac, cereale, ouă, nuci

Vitamina B2: lapte, brînză, iaurt, ciuperci, spanac, cereale

Fosfor: lapte, brînză, cereale, ouă

Vitamina C: grapefruit, citrice, ardei verzi, gogoşari, căpşuni

Sodiu: sare de masa, lapte, ouă, bicarbonat

Vitamina A: gogoşari, morcovi, spanac, piersici, gogoşari

Potasiu: cereale, legume, fructe

Vitamina D: produse lactate, gălbenuş de ou

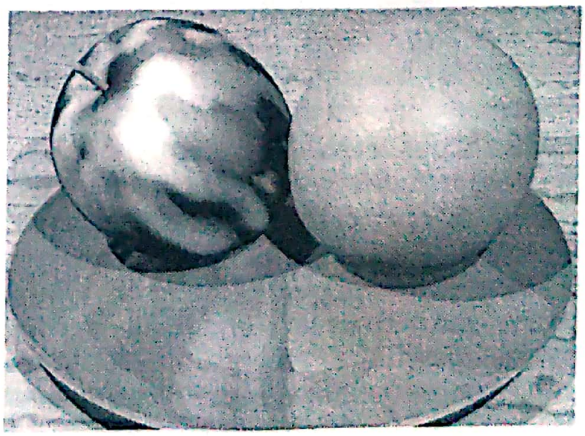
Fier: gălbenuş de ou, cereale, spanac

Vitamina E: ulei din vegetale, seminţe de floarea-soarelui

Vitamina K: spanac, varză, lapte şi produse lactate

Dar acestea sunt doar unele dintre efectele în plan fizic. Practicarea unei astfel de diete ne învaţă să preţuim mai mult natura, să respectăm mediul înconjurător şi ne ajută să devenim mai luminoşi, mai optimişti şi plini de energie. Aceasta este starea de spirit în care putem să devenim liberi şi fericiţi. Există o diferenţă majoră între starea greoaie lăsată de o masă constituită din carne şi una uşoară şi sănătoasă constituită din fructe sau legume. Şi contrar aparenţelor, cu puţină imaginaţie, un regim vegetarian poate oferi o mulţime de variaţii culinare fără să ne îngrijoreze dacă vom reuşi să acoperim cantitatea necesară de nutrienţi în organism.

În concluzie, există suficiente motive pentru a acţiona rapid în vederea atingerii unei stări armonioase de sănătate şi împlinire spirituală. Dincolo de aspectele cotidiene, există perspectiva unei vieţi pline de încredere, optimism şi energie. A alege să trăim o viaţă cît mai curată ne oferă posibilitatea de a trece pragul înlănţuirii noastre şi de a intra în dimensiunea mult mai complexă şi mai vastă a libertăţii şi conştiinţei pure.



Scanned with OKEN Scanner

Dumnezeu şi sărăcia noastră

Adrian Oroşanu

Acest articol este menit să ne amintească faptul că Dumnezeu, în atotputernicia Sa, are multe metode de a ne convinge să ne îndreptăm cu toată fiinţa către El, iar lipsa mijloacelor materiale, dificultăţile financiare şi un trai la limita supravieţuirii reprezintă una dintre cele mai eficiente modalităţi de a ne convinge să aspirăm din ce în ce mai des către El.

În multiplele momente dificile ale vieţii noastre paupere, devine aproape reconfortant să ne amintim că "fericiţi cei săraci cu duhul, că a lor este Împărăţia Cerurilor" (Matei 5:3) şi să extrapolăm aceasta pentru a include sărăcia materială. "Cei săraci în dorinţe sînt bogaţi în mulţumiri", spun înţelepţii; iar cei săraci în mijloace materiale POT DEVENI bogaţi în cele spirituale, prin raportarea din ce în ce mai constantă la Dumnezeu.

Realitatea este că, atunci cînd o ducem bine şi nu ne lipseşte nimic, nu prea ne arde de Dumnezeu şi de cele spirituale. Cîtă vreme sîntem imaturi din punct de vedere spiritual, mîncarea ni se pare mai importantă decît rugăciunea, banii decît învăţăturile spirituale, iar plăcerile inferioare decît înălţătoarea asceză. Cînd toate lucrurile pe care considerăm acum ca fiind „bucuriile vieţii" încep să ne lipsească, de multe ori prima tendinţă este să zicem, oftînd amarnic: „Doamne, Dumnezeule, ajută-mă!" Fără să ne dăm seama, am rostit prima noastră rugăciune sinceră. Să lăsăm acum puţin deoparte această filozofie „de buzunar" şi să vedem ce spun oamenii de ştiinţă. În general, există tendinţa de a se considera că prosperitatea materială are consecinţe pozitive în stimularea creativităţii superioare şi a activităţilor de natură spirituală şi religioasă. Susţinătorii acestui punct de vedere pun în lumină, ca exemplu, inestimabilul tezaur arhitectonic pe care l-au făcut cu putinţă banii în vremea lui Pericle. Există, totuşi, suficiente contra-exemple de extremă prosperitate materială asociată cu un declin masiv al activităţii culturale şi spirituale. De pildă, bizantinii au fost mult mai bogaţi decît atenienii, şi totuşi, în afară de domeniile arhitecturii şi mozaicurilor, achiziţiile culturale şi spirituale ale acestor greci nu se compară cu cele ale predecesorilor lor din Antichitate.

Există prea puţine cercetări istoriometrice care să ateste faptul că prosperitatea este asociată cu creativitatea, iar ele tind să dovedească această ipoteză doar într-un mod foarte indirect. De pilda, una dintre investigaţii a arătat că investiţiile financiare în bazele de cercetare şi dezvoltare contribuie la frecvenţa crescută a invenţiilor tehnologice (Schmorkler, 1966) ceea ce, totuşi, nu înseamnă mare lucru pentru dezvoltarea culturală şi spirituală a unui popor. Deşi unele studii au arătat că o condiţie importantă pentru dezvoltarea cunoaşterii ştiinţifice este prosperitatea economică (Rainoff, 1929; Schmorkler, 1966), este semnificativă replica dată de

Scanned with OKEN Scanner

Lordul Rutherford despre succesul ştiinţific: "Nu avem bani, deci va trebui să gîndim!"

Există un număr de studii incitante despre modul în care prosperitatea sau depresiunea economică afectează ideologiile care prevalează. În mod special, se pare că activitatea religioasă are o anumită legătură cauzală cu condiţiile economice. "Activitatea religioasă este asociată cu declinul economic, în vreme ce prosperitatea tinde să-i îndepărteze pe oameni de la adorarea lui Dumnezeu în căutarea bunurilor materiale" (Simonton, 1984, p.142). Primul istoriometrist care a demonstrat această generalizare a fost Sorokin (1947). El a socotit frecvenţa personalităţilor religioase majore, pe de o parte, şi a oamenilor de afaceri distinşi, pe de altă parte, în decursul istoriei occidentale, şi a ajuns la următoarea concluzie: creativitatea în cadrul sistemelor religioase şi cea în cadrul sistemelor de afaceri se exclud reciproc.

Sales (1972) a demonstrat faptul că aceasta relaţie negativă dintre prosperitate şi religie este valabilă nu numai pentru elite, ci chiar pentru întreaga populaţie. Studiul său, realizat în Statele Unite intre 1920 şi 1939, a demonstrat că în perioadele dificile din punct de vedere economic, tendinţa spirituală a populaţiei este către opinii religioase mult mai ferme şi mai hotărîte decît în perioadele prospere din punct de vedere economic.

Un alt studiu, mai recent, privind Germania între cele doua războaie mondiale, a demonstrat legătura neîndoielnică dintre depresiunea economică şi popularitatea astrologiei şi ştiinţelor oculte (Padgett and Jorgenson, 1982). Dacă s-ar urmări realizarea aceluiaşi studiu pentru România postrevoluţionară, rezultatele ar fi, cu siguranţă, similare.

Toate aceste studii ştiinţifice nu fac decît să confirme starea de fapt în care o mare parte a populaţiei României se afla astăzi: din noroiul greu al acestei sărăcii înjositoare se întrevede apariţia unei întregi generaţii de oameni mari.

Cu toate acestea, sărăcia este şi trebuie să rămînă o metodă de impulsionare spirituală extremă şi temporară, şi nu un scop în viaţă. Cei mai mulţi oameni de spirit spun - şi confirmă prin însăşi viaţa lor - că o deplină fermitate şi aspiraţie spirituală în viaţa de zi cu zi aduce cu sine cea mai reconfortantă stare de prosperitate. Cînd Dumnezeu este cu tine, toată lumea este a ta, şi nu doar o sumă periodică de bani sau un cont frumuşel în bancă.

"Căutaţi mai întîi Împărăţia lui Dumnezeu şi dreptatea Lui, şi toate aceste (mijloace materiale - n.n.) se vor adăuga vouă" (Matei 6:33).

Într-o lume în care oamenii au nevoie de mai multă aspiraţie către cele divine, sărăcia materială poate fi, măcar pentru un timp, înălţătoare prin detaşarea pe care ţi-o impun rigorile ei; în general, însă, este extrem de înjositoare, pentru că sărăceşte în acelaşi timp şi sufletul care nu este centrat în Dumnezeu, luîndu-i resursele vitale. În sărăcie, natura inferioară din om stă la pîndă şi, din păcate, de multe ori reuşeşte să prevaleze în faţa omului divin.

Din cauza lipsurilor, mijloacele materiale capătă dintr-odată o importanţă care nu le-a fost destinată de Creator. Sărăcia este înjositoare, zicea Erich Fromm în cartea sa "Arta de a iubi", nu atît prin faptul că ne lipseşte de minimele mijloace materiale, cît prin aceea că, dacă ne menţine în egoism, ne lipseşte de bucuria de a dărui. Aceasta este cea mai grea încercare la care Dumnezeu supune acum poporul român...

Scanned with OKEN Scanner

Nevrozele ... de primăvară şi nu numai

Dr. Alexandrina Petrea

Nevrozele sînt tulburări patologice funcționale ale creierului cu ecou negativ în întregul organism. Foarte frecvent sesizate în trecut, cînd ascundeau de multe ori lipsa unui diagnostic, în prezent sînt mai puțin luate în seamă datorită faptului că mulți dintre oameni nu mai au timp să reflecteze asupra propriei stări, mai ales cînd tulburări organice violente se suprapun şi maschează aceste stări aparent inofensive.

De obicei, nevrozele sînt de 3 feluri: 1. nevroză astenică; 2. nevroză anxioasă; şi 3. nevroză viscero-vegetativă.

Nevroza astenică se caracterizează prin cefalee, insomnie, oboseală, lipsă de energie, imposibilitatea concentrării, într-un cuvînt familiar, stare de "astenie". Se tratează cu tinctură 10% din următorul amestec de plante: talpa gîştei, rădăcină de angelică, rizom de obligeană, fructe de coriandru, în părți egale. Se folosesc 1-2 linguriţe de 2-3 ori pe zi cu 20-30 de minute înaintea meselor principale. Dacă nu avem la îndemînă tinctura, putem folosi plantele ca atare:

- fie sub formă de macerat la rece din două linguriţe de amestec de plante mărunțite la o cană cu apă rece, lăsate opt ore la macerat, după care se strecoară şi se bea cu înghițituri mici, îndulcit sau nu cu miere de albine;
- fie sub formă de pulbere de plante sub limbă, cîte un gram (circa un sfert de linguriță) din

fiecare plantă, de patru ori pe zi, cu 30 de minute înainte de mese. (Se păstrează 15 minute sub limbă apoi se înghite.)

Nevroza anxioasă sau obsesivo-fobică, în care tulburările de care se plînge bolnavul sînt mai ales fobii, diferite frici, cu posibile rădăcini în traume psihice foarte îndepărtate, la care se adaugă o stare de nelinişte permanentă, anxietate difuză, palpitații, senzația de "oprire a inimii", tremurături cu răcirea extremităților, crampe abdominale, ipohondrie şi alte asemenea stări neplăcute. Plantele care o tratează sînt: amestec de talpa gîştei, flori şi frunze de păducel, rădăcină de valeriană, conuri de hamei şi flori de levănțică, fie tinctură 10% din amestec, din care se iau 1-2 linguriţe de 2-3 ori pe zi cu o jumătate de oră înaintea meselor principale, fie, ca şi în cazul anterior, macerat la rece sau pulbere de plante, ținută sublingual. (Indicațiile de administrare sînt aceleaşi ca cele menționate pentru nevroza astenică.)

Scanned with OKEN Scanner

Nevroza viscero-vegetativă, denumită şi nevroză cardiacă, se manifestă printr-un complex de tulburări cardiace subiective: palpitaţii, dureri precordiale, precum şi respiraţie superficială, întretăiată de oftat, senzaţie de oboseală şi dispnee (lipsă de aer), balonări abdominale şi constipaţie. Tratamentul se face cu tinctură 10% din aceleaşi plante ca cele menţionate la nevroza anxioasă, la care se adaugă fructe de chimion şi roşcuţă de primăvară, în părţi egale cu celelalte ingrediente. Se iau cîte 20-30 de picături de 2-3 ori pe zi. (Atenţie! Nu se va folosi roşcuţa de primăvară sub formă de macerat la rece sau pulbere sub limbă deoarece conţine principii toxice care prin uscare se păstrează.)

Persoanele întreprinzătoare, care doresc să-şi prepare singure tincturile recomandate, este bine să ştie că pentru a prepara o tinctură de concentraţie 10% se pune o lingură de pulbere de plantă sau de plantă mărunţită (10 grame) la 100 ml alcool şi se lasă la macerat zece zile. Sticla se agită zilnic pentru uniformizarea concentraţiei extractului.

Modalitatea cea mai cunoscută de utilizare a plantelor la noi este infuzia din amestecul de plante recomandat, care, bineînţeles, poate fi folosită şi în aceste cazuri, dar cu dezavantajul că substanţa activă este distrusă uneori în proporţie de pînă la 85%.

În toate cele trei situaţii, tratamentul se completează cu ulei de levănţică, 20-30 de picături în puţină apă caldă. Se administrează intern de 2-3 ori pe zi cu 20-30 minute înaintea meselor principale, imediat după administrarea amestecului de plante specific. În alimentaţie se vor folosi drojdie de bere (c. 20 g pe zi între mese sau pe stomacul gol), fulgi de orz şi un regim alimentar diferenţiat, stabilit în funcţie de tipul constituţional al pacientului în cauză.

Este bine să se identifice factorii care creează şi întreţin stări de disconfort psihomental sau care deranjează somnul (zgomotul, aerul viciat, temperatura neadecvată- cameră supraîncălzită sau prea friguroasă). Este recomandabil ca masa de seară să nu fie prea copioasă, să se ia înainte de ora opt seara (şi cu cel puţin trei ore înainte de culcare). De asmenea, se va evita cultivarea unui viciu foarte la modă azi, "televizomania", prin care, pe lîngă ceea ce se preia în mod conştient de la emisiunile TV urmărite, se preiau şi sugestii subliminale intrinseci unora din programele transmise, frici, angoase, porniri agresive, obiceiuri nesănătoase. Trebuie cunoscut faptul că, direct proporţional cu timpul acordat urmăririi televizorului, ni se reduce capacitatea de atenţie şi concentrare şi ni se slăbeşte foarte mult voinţa şi creativitatea, crescînd mimetismul, imaginaţia necontrolată şi frecvenţa bolilor cardio-vasculare, iar la copii se constată scăderea performanţelor şcolare. De altfel, fricile şi ideile obsesivo-fobice care caracterizează nevrozele îşi au din ce în ce mai mult sursa în preluarea lor inconştientă din programele vizionate.

În afara reducerii orelor de vizionare a programelor TV, alte cîteva recomandări generale vă vor fi de mare ajutor, dintre care cele mai importante sînt băile cu plante (150 g de ace de pin la o cadă de apă sau extract de levănţică, două linguri la cadă; durata băii – 20 minute), tehnici de relaxare, apiterapie (o lingură de miere seara, înainte de culcare), masaj şi presopunctură.

Scanned with OKEN Scanner

Ipostaze ale Principiului Feminin

o perspectivă filosofică
partea a doua

Mihaela Feraru
Cristian Constantin Ţurcanu

Din partea întîi a articolului, publicată în numărul trecut se observă că există o mare varietate a imaginilor sau a epifaniilor principiului feminin. Însă toate acestea pot fi grupate în două categorii pe care le putem numi: *tipul afroditic* şi *tipul demetric*. Adică arhetipurile eterne ale iubitei şi ale mamei. Ele corespund energiei potenţiale a Divinului încă nemanifestată şi forţei vieţii care animă o formă, formă primită de la principiul masculin.

O prezentare ceva mai detaliată a acestor două aspecte fundamentale pe care le întruchipează Principiul Feminin o vom realiza tot prin intermediul unor fragmente semnificative din cartea *Metafizica sexului* de Julius Evola.

Astfel, din această lucrare aflăm că în antichitate epifaniile principiilor cosmice masculin şi feminin au avut statutul unor entităţi reale. Ca atare, apropierea dintre principiile macrocosmice masculin-feminin şi sexualitatea umană poate fi mult mai uşor de realizat în asemenea condiţii.

„Iubita" corespunde "potenţei divinului", *onsia*, *hylé* sau *shakti* sub aspectele lor de forţă în stare pură. Aspectul de „mamă" corespunde forţei care a primit deja o formă şi a devenit substanţa şi viaţa care o animă.

Tipul „demetric" în lumea antică occidentală este atestat încă din paleoliticul superior, dar se concretizează abia în divinităţile moderne preelenice care înconjoară lumea de la Pirinei pînă în India şi în Polinezia. Fecunditatea se pare că este pe primul plan în multe din culturile antice. Ca imagine a principiului demetric eternul feminin a purtat diferite nume: Marea Zeiţă, Magna Mater Genitrix, Mama Glia, Iranica Ardvi, pe care Ahura Mazda o numeşte "Apa sa" pură din care s-ar trage apele de pe pămînt, bineînţeles în semnificaţia lor simbolică de energii vitalizante, de forţe ale fecundităţii şi fertilizării.

Aici principiul umed devine substanţa elementară a Zeiţei. O etimologie neoplatoniciană accentuează şi celălalt aspect al acestui principiu prin derivarea numelui dintr-o epifanie a Zeiţei, din Rhea, de la rhein (a curge). Şi acesta este motivul pentru care vedem zeiţe de tip demetric, precum Hera din Argos, dar şi de tip amazonic precum Pallas Atena, recuperîndu-şi virginitatea prin scufundarea în ape, substanţa lor primordială, care în această calitate, le reînnoieşte şi le reintegrează natura. În legătură cu Hera s-a scris că zeiţa iese iarăşi virgină din baia rituală făcută în apele fîntînii Kanathos. Sub formă de Ganga (apele fluviului Gange), Marea Zeiţă indiană îşi are manifestarea "forma sa lichidă" în fluviul sacru, ale cărui ape spală de orice păcat.

Ipostaza cea mai înaltă în lumea unor asemenea figuri o avem atunci cînd Marea Zeiţă ni se prezintă drept cea care, asemenea lui Gaia descrisă de Hesiod, zămisleşte fără soţ sau zămisleşte lăsîndu-se fecundată de către un soţ pe

Scanned with OKEN Scanner

care mai întîi l-a produs ea însăşi şi care îi este prin urmare fiu şi iubit deopotrivă: companion, care în raport cu ea are evident o poziție subordonată, reprezentat adesea ca o ființă fragilă ce moare şi reînvie apoi la viață numai grație Zeiței, pentru că doar în ea se află adevăratul principiu al vieții.

Această perspectivă a lăsat uneori posibilitatea dezvoltării unei geneocrații demetrice (nu neapărat ca suveranitate socială a femeii, dar în genere, ca preeminență a tot ceea ce are legătură cu ea). Alteori, din acelaşi motiv au avut loc unele regresiuni ce au condus la ideea imortalității telurice sau a nemuririi întru Mamă.

Pornind de la asemenea absolutizări, fie într-un sens fie într-altul, principiul feminin, legat îndeosebi de Glie, îşi poate asuma şi figura de divinitate cerească suverană de Magna Mater Deorum: de exemplu Isida egipteană care a fost la origine o divinitate telurică - simbolul pămîntului negru al Egiptului, scăldat şi fecundat de apele Nilului, care în această formă îl reprezintă pe Osiris, principiul masculin - ajunge în lumea cerească şi devine "Stapîna Cerului", "Cea care dă lumină Cerului", "Regina tuturor Zeilor".

În epifaniile indiene ale Marii Zeițe - în Kali, în Bhairavi, în Karala şi mai cu seamă în Durga îşi găseşte cea mai fericită expresie principiul afroditic al feminității primordiale ca forță dizolvantă, răvăşitoare, extatică şi abisală a sexului: ca opus al feminității demetrice. În lumea mediteraneană, asemenea trăsături le are mai ales zeița Ishtar, zeița dragostei împreună cu multe altele de structură asemănătoare: Mylitta, Astarte, Ashera, Tanit, Anaitis.

Numele zeiței Durga, zeița indiană corespunzătoare principiului afroditic, înseamnă "Inaccesibila", ea fiind totodată şi zeița riturilor de natură sexuală. Zeițele mediteraneene indicate anterior au adeseori atributul de "fecioare". Ishtar este fecioară dar în acelaşi timp este şi "Marea Prostituată", "Prostituata Cerească". Însăşi Kali este considerată ca fecioară în ipostaza ei de Adya-Kali - ea este Kumarirupa - dhakini. Ca fecioare, sunt concepute şi unele zeițe mediteraneene, care au amanți şi chiar zeițe de tip demetric care sunt mame. Porne, Hetaira, Pandemos sunt apelative care în lumea egeano-anatoliană au fost opuse celui de "fecioară".

Shing Moo, Marea Zeiță, fecioara Mamă chineză, este deopotrivă patroana prostituatelor. Huriile cereşti islamice sunt descrise ca redevenind mereu fecioare, deşi se oferă necontenit îmbrățişării aleşilor. Chiar şi în dogma creştină, Maria, pe lîngă faptul că a conceput fără să fi fost fecundată de către un bărbat a rămas fecioară şi după naştere.

Unii filosofi susțin că termenul "fecioară" a fost utilizat în Antichitate pentru a desemna nu doar femeia care încă nu a avut experiențe sexuale, ci şi

Scanned with OKEN Scanner

femeia necăsătorită, fata care se poate să fi avut raporturi sexuale cu bărbatul dar nu în calitate de soție, şi care refuză legătura şi subordonarea conjugală. O semnificație analogă o are de altfel termenul Kumari, care în India poate însemna "fecioară", dar şi "tînără femeie", fără a se pune neapărat problema virginității anatomice şi fizice.

Din toate acestea reiese mai degrabă capacitatea "materiei prime" de a primi orice formă şi de a impregna orice formă fără a fi niciodată epuizată, fără a fi posedată în ultima sa rădăcină. Virginitatea, ca inaccesibilitate, ca abisalitate, ca ambiguitate şi evazivitate a "femeii divine", constituind aspectul ei de "Durga" ("Inaccesibila") şi avînd legătură cu calitatea de rece care poate coexista cu cea arzătoare şi fascinantă a naturii afroditice şi hetairice. Sirenele întruchipează cel mai bine acest aspect, partea superioară fiindu-le arzătoare, feminină, senzuală, iar partea inferioară rece şi umedă

Fecioria este pusă în legătură cu starea de potență a feminității, a forței pure încă nemanifestate. Femininul nemanifestat încă este cel apt de a interacționa cu forma, adică cu bărbatul şi astfel exprimă tipul afroditic al iubitei. Tipul demetric exprimă materia deja formată, manifestată, care este „prinsă în cuie", cum s-ar spune - de unde pe plan psihic reiese natura conservatoare a femeii. De aceea marile Zeițe, pentru a-şi păstra supremația trebuie să-şi recîştige periodic fecioria, virginitatea, adică să arate că încă mai sînt capabile de a primi alte forme.

Plutarh spune despre Isis: "Deoarece Isis este principiul feminin al naturii, cel ce poate primi întreaga geneză, a putut Platon să o numească "doica" şi "cea care primeşte totul" şi "cea cu zece mii de nume", fiindcă este transformată de către Logos şi primeşte toate formele, toate ideile". Astfel Isis - Neith, într-un vechi imn este numită "necunoscuta", "adînc ascunsa", "cea care este greu de atins", "mare divinitate neînfrîntă" şi se formulează rugămintea ca ea să se arate goală, "să se despovăreze de veşminte".

Nuditatea fecioarei a mai fost numită si nuditatea abisală afroditică. Una din expresiile simbolico-rituale ale acesteia este legată de un dans, la origine sacru, de dansul celor şapte văluri. Doctrina misterelor a cunoscut simbolismul traversării celor şapte sfere planetare, pe durata căreia omul se desprinde treptat de diversele condiționări şi determinații concepute ca tot atîtea veşminte sau învelişuri care trebuie lepădate. Şi bineînțeles că astfel se atinge starea de completă "nuditate" a ființei absolute şi simple. În acest sens Plotin (Eneade) îi evocă tocmai pe cei care urcă treptat întru Misterele sacre, dezbrăcîndu-se de haine şi înaintînd goi, iar în sufism de vorbeşte despre tamzig, sfîşierea veşmintelor în cursul extazului. În domeniul naturii procesul corespunzător este dezgolirea potenței feminine de toate formele sale, pînă cînd ajunge să se manifeste în elementaritatea sa, în substanța sa virgină anterioară şi superioară oricărei forme. Tocmai faptul acesta este sensibilizat de eliberarea progresivă a femeii, în timpul dansului, de cele şapte văluri, pînă ce se arată complet goală, la

Scanned with OKEN Scanner

fel cum în invocația egipteană mai sus citată se cerea să apară Isis şi de asemenea la fel ca în mitul lui Ishtar, care coboară în infern şi la fiecare dintre cele şapte porți prin care trece, îşi lasă o parte din podoabele şi veşmintele sale. Este universul nudității uranice, este nuditatea feminină abisală ce poate să acționeze în mod letal. De exemplu, viziunea Dianei goală care-l ucide pe Acteon, cea a Athenei goale care-l orbeşte pe Tiresias.

Ca urmare rituală întîlnim interdicția sau tabu-ul nudului, care se găseşte în anumite legende, chiar şi ale primitivilor. Dacă în Misterele greceşti viziunea imaginilor complet goale corespundea gradului suprem al inițierii, aşa-numitei epopteea, acestea sunt comparabile în domeniul femininului cu ritualul practicilor sexuale: Femeia implicată într-un asemenea ritual este o încarnare a arhetipului feminin Prakriti sau chiar Shakti, femeia divină şi substanța primordială ascunsă sub formele infinite ale manifestării. Goală, femeia semnifică tocmai această substanță desprinsă de orice formă, adică în starea ei virgină şi abisală. Pe de altă parte, în ritual, nuditatea feminină este gradat realizată, femeia goală nu este permisă tuturora, ci doar inițiaților de grad superior, ca şi cînd doar acestora le-ar fi dat să vadă abisalul, fară primejdie de moarte sau pîngărire.

O semnificație identică o întîlnim în unirea paradoxală dintre un ascet şi o prostituată în cadrul sărbătorii Mahavrata. Femeia, redusă la "materia sa primă" în afara oricărei forme, semnificată prin "prostituata" nu se poate uni decît cu bărbatul care, prin asceză, s-a integrat la rîndul său în propriul principiu, adică în virilitatea transcendentă.

În hermetism Mirele şi Mireasa trebuie să fie despuiați de toate hainele lor şi să fie chiar spălați înainte de a intra în patul nupțial. Cînd este restabilită starea elementară nudă, desprinsă de formă, a principiului care se încarnează, stare care corespunde propriei sale naturi adevărate, atunci se manifestă puterea lui supranaturală. De aici reiese şi percepția rituală de a fi goi în timpul săvîrşirii unor operații alchimice. Acest lucru nu trebuie să se rezume la nuditatea corpului fizic, ci la identificarea spirituală a fiecăruia cu principiul arhetipal, masculin respectiv feminin pe care îl încarnează. În timpul unui act sexual, femeia trebuie să se dezbrace treptat şi să accepte nuditatea completă numai după ce lăuntric a realizat starea de identificare cu Shakti, principiul feminin suprem.

Ne oprim aici cu prezentarea multiplelor aspecte pe care şi le asumă principiile Pure în lumea formelor, păstrînd convingerea unei percepții complexe dătătoare de fericire şi extaz.

Scanned with OKEN Scanner

Viaţa Sfîntului Serafim de Sarov

Constantin Chirilă

În cadrul acestei rubrici, astăzi, vom vorbi despre cel mai înalt ideal al spiritualităţii umane şi anume despre starea de sfinţenie. Fiecare religie a lumii a avut parte de modele umane care să întruchipeze cele mai înalte calităţi morale şi care să constituie pentru noi repere fundamentale pe drumul desăvîrşirii spirituale. Bunăoara, în China, omul desăvîrşit era numit *"omul veritabil"*, în India *"omul eliberat"*, în islamism *"omul universal"*, iar în spaţiul nostru creştin *"omul sfînt"*.

Astăzi, datorită exacerbării trăsăturilor egotice, a spiritului de competiţie şi a caracterului mercantil pe care societatea noastră le cultivă cu precădere, idealul stării de sfinţenie a pălit mult în lumina aspiraţiilor celor mai mulţi dintre noi. Trăim vremuri care ne solicită foarte multă energie şi timp în vederea soluţionării problemelor legate de traiul zilnic, iar momentele în care ne gîndim la ceea ce este profund şi spiritual în noi înşine, devin doar clipe izolate în tumultul vieţii, dacă nu chiar au dispărut cu totul în deşertul arid al amintirilor.

În acest sens, Sfîntul Serafim de Sarov remarca cu amărăciune: *"Nouă ni se par acum ciudate cuvintele Sfintei Scripturi, cînd Duhul lui Dumnezeu spune prin gura lui Moise :* «Şi a văzut Adam pe Dumnezeu umblînd în rai», *sau cînd citim la Apostolul Pavel :* «*Am mers*

în Ahaia şi Duhul lui Dumnezeu era cu noi»*"*. De nenumărate ori se vorbeşte şi în alte locuri din Sfînta Scriptură despre arătarea lui Dumnezeu oamenilor. Iată unii spun: *"Aceste lucruri sunt de neînţeles. E cu putinţă ca oamenii să vadă pe Dumnezeu aievea?"* Însă aici nu este nimic de neînţeles. Această neînţelegere vine din faptul că noi ne-am îndepărtat de simplitatea viziunii primordiale creştine şi sub motivul instruirii, am intrat într-un aşa întuneric al neştiinţei, încît ni se par cu totul de neînţeles acele lucruri, pe care cei din

Scanned with OKEN Scanner

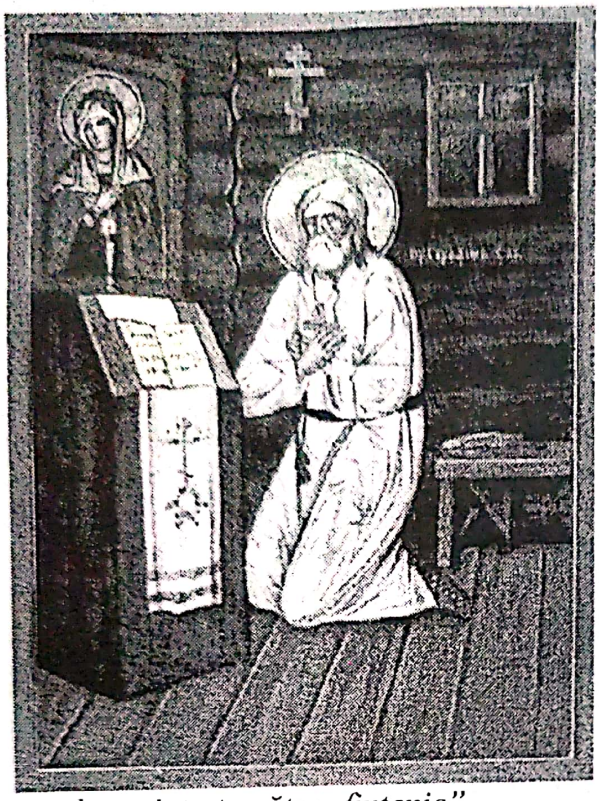
vechime le înțelegeau atît de bine, încît în convorbirile lor obișnuite ideea despre arătarea lui Dumnezeu între oameni nu li se părea deloc ciudată." *"Pe Dumnezeu si harul Sfîntului Duh oamenii nu l-au văzut în vis ori în extazul unei închipuiri dezechilibrate, ci aievea. Prea am devenit acum nepăsători față de lucrarea mîntuirii noastre, de unde rezultă că si alte cuvinte ale Sfintei Scripturi nu le primim în înțelesul în care s-ar cuveni. Şi toate acestea pentru că nu căutăm harul lui Dumnezeu, nu-i îngăduim în trufia noastră să se sălăşluiască în sufletele noastre şi de aceea nici nu avem o adevărată iluminare de la Dumnezeu, trimisă în sufletele noastre, însetate după adevărul dumnezeiesc".*

Este bine să ştim cu toții că au existat ființe care şi-au dedicat întru totul viața în serviciul lui Dumnezeu, oameni care au trăit clipă de clipă bucuria comuniunii cu Dumnezeu. Precum stelele strălucesc în noapte, fiecare după puterea sa, oamenii sfinți radiază lumina şi iubirea divină, iar printre ei, cel a cărui viață şi învățătură le vom parcurge în continuare, Serafim de Sarov, a fost cu adevărat un fascinant soare spiritual.

S-a născut la 19 iulie 1759 în oraşul Kursk, într-o familie de negustori bogați, oameni cu o mare dragoste pentru Dumnezeu. Încă din copilărie, miraculosul îşi va face apariția în viața lui Serafim. La şapte ani, cînd s-a dus împreună cu mama lui să vadă o biserică ce era în construcție, copilul a căzut de pe înălțimea schelei care înconjura clopotnița, dar s-a ridicat nevătămat spre uimirea tuturor celor de față, care au văzut în aceasta un semn divin. La zece ani, țintuit la pat de o boala grea, este la un pas de moarte. Vindecarea survine în momentul vederii icoanei Maicii Domnului, Împărăteasa eternă a inimii sale, cea care va veghea şi-l va îndruma întreaga viață pe bunul şi umilul ei slujitor, Serafim de Sarov.

În ceea ce priveşte caracterul tînărului Prohor, căci acesta îi era numele de naştere, îi plăcea să citească cărți sfinte, însă cel mai mult îşi dorea clipele de singurătate. Înclinația către o viață monastică a devenit tot mai evidentă pe măsura trecerii timpului. La nouăsprezece ani porneşte cu binecuvîntarea mamei sale către mănăstirea Sarovului, îndrumat astfel de starețul Dositei căruia i-a cerut sfat: *"Mergi, copile al lui Dumnezeu, şi rămîi în mănăstirea Sarovului. Acest loc îți va fi ție spre mîntuire. Cu ajutorul lui Dumnezeu, acolo îți vei săvîrşi călătoria pămîntească. La Sarov, Duhul Sfînt, vistierul tuturor bunătăților, îți va*

Scanned with OKEN Scanner



conduce viaţa ta către sfinţenie".

Intrat în mănăstire, îşi îndeplineşte cu multă ascultare îndatoririle şi citeşte cu mare atenţie Evanghelia, Epistolele Apostolilor, Psaltirea şi scrierile Sfinţilor Părinţi. Este foarte îndrăgit în mănăstire, căci pe lîngă aspiraţia deosebită pe care o manifesta, se citea în ţinuta sa ceva feciorelnic, sănătos şi puternic şi pe chipul său radia veselia şi buna dispoziţie. *"Ce vesel eram atunci!"*, îi povestea el mai tîrziu unei maici. *"Veselia nu este un păcat, ci ea alungă oboseala, căci din oboseală vine deznădejdea, care-i mai rea ca toate"*, spunea Sfîntul Serafim.

Însă sufletul său iubitor de Dumnezeu rîvnea izolarea desăvîrşită în pustie, unde nimic nu te tulbură şi nu te împiedică a te adînci în rugăciune şi în contemplarea lui Dumnezeu. Astfel, luînd binecuvîntarea de la stareţ, a început să se retragă în timpul liber în pădure. Asprimea vieţii lui Prohor atrăgea atenţia fraţilor din mănăstire, mulţi mirîndu-se de tăria voinţei sale.

Şi în timpul unei boli grele, care a durat timp de trei ani, el a refuzat tratamentul propus de către fraţi, încredinţîndu-se pe sine în grija lui Dumnezeu. Astfel, în momentul critic al bolii, însăşi Fecioara Maria a venit să-l salveze, aşa cum în copilărie prin înfăţişarea icoanei sale i-a adus tămăduirea. Iată ce povestea Serafim despre viziunea ce i s-a arătat odată cu vindecarea sa: *"Prea Sfînta Fecioara Maria mi-a pus mîna dreaptă pe cap, iar în mîna stîngă ţinea sceptrul cu care l-a atins pe sărmanul Serafim. Aşa l-a salvat Împărăteasa Cerului pe sărmanul Serafim"*. O cicatrice profundă rămasă la şoldul drept mărturisea minunea.

La douăzeci şi opt de ani este primit în obştea Sihăstriei, acum primind numele de Serafim, care în ebraică înseamnă înflăcărat.

Un an mai tîrziu a fost sfinţit ierodiacon. Din acea zi, şase ani a slujit aproape fără întrerupere. Uneori, în timpul slujbelor bisericeşti vedea, după cum mărturisea mai tîrziu, pe sfinţii îngeri slujind şi cîntînd. Într-o zi, în timpul unei liturghii, după ce a binecuvîntat asistenţa şi a rostit numele *"şi-n vecii vecilor"*, în loc de a se retrage aşa cum cerea rînduiala slujbei, părintele Serafim a rămas ţintuit pe loc, nemişcat, cu totul absent. Înţelegînd că s-a petrecut ceva neobişnuit, doi ierodiaconi l-au apucat de braţ şi l-au dus în spatele iconostasului. Serafim a rămas nemişcat trei ore. Revenindu-şi, i-a explicat duhovnicului: *"M-a copleşit o lumină orbitoare asemănătoare unei raze de soare. Cînd mi-am întors ochii către această lumină nespus de frumoasă l-am*

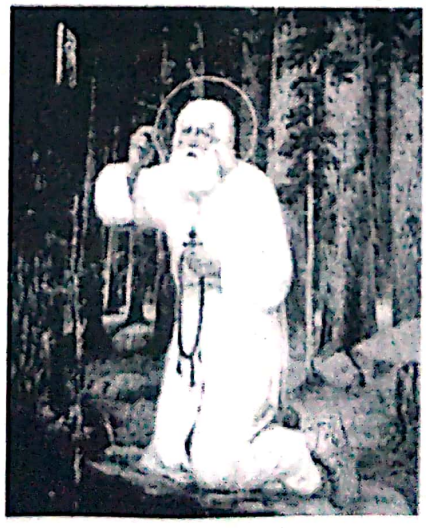
Scanned with OKEN Scanner

văzut pe Domnul nostru Iisus Hristos în slava sa, avînd înfățișarea unui fiu al omului, înconjurat de oștile cerești: îngeri, arhangheli, heruvimi și serafimi. Cît despre mine am primit o binecuvîntare specială".

Hirotonisit ieromonah, el simțea aceeași atracție dintotdeauna spre marea singurătate a adevăratului pustnic. La treizeci și cinci de ani părăsește mănăstirea pentru a se așeza într-o chilie modestă de lemn din pădurea învecinată, luînd cu el doar o traistă în care ținea Evanghelia ca amintire a sarcinii ușoare în Hristos și niște bolovani de piatră pentru a-și aminti suferința ce se naște din atașamentul față de lucrurile materiale pămînteşti.

Aici în pădure își rînduiește Serafim viața aspră de privațiuni, vizitat doar de păsările și animalele ce îi înconjurau adesea chilia, dornice de a zări chipul drag al îngrijitorului lor. Serafim le hrănea cu mare dragoste, îmblînzind firea lor sălbatică și dintre toate acestea un urs mare se bucura în special de intimitatea sfîntului.

Dar sensul ascetismului practicat de Serafim nu era acela de a părăsi lumea, ci de a se adînci înlăuntrul său, de a se reîntoarce în sine. Timp de o mie de zile și o mie de nopți, Serafim s-a rugat pe o piatră mare de granit, părăsind-o doar pentru a se hrăni.



Răbdarea de care a dat dovadă și puterea cutremurătoare a aspirației sale nesfîrșite către divin i-a făcut pe unii din frații săi să afirme că fapta sa întrece puterile omenești. Însuși Serafim avea să afirme mai tîrziu: *"Călugării se luptă în mănăstire cu duhul răutății cum s-ar lupta cu porumbeii, iar cei ce trăiesc în pustie cum s-ar lupta cu leii și leoparzii."*

Viața aspră de nevoințe și lupte duhovnicești a biruit-o cu puterea rugăciunii. El a atins acea stare de îndumnezeire pe care puțini sihaștri au atins-o în întreaga istorie a Bisericii creștine. În timpul rugăciunii concentrarea sa devenea atît de intensă încît rămînea timp îndelungat nemișcat în fața icoanelor și cărților duhovnicești, doar contemplînd extaziat slava lui Dumnezeu.

Întrebat dacă omul poate să-l vadă pe Dumnezeu, el a răspuns: *"Să nu vorbim despre lucrurile care nu le cunoaștem, spune Sfîntul Simion, ci de ceea ce ne este cunoscut să dăm mărturie. Dumnezeu este Lumină și cei pe care îi face vrednici să-l vadă, Îl văd ca Lumină; cei care L-au primit, L-au primit ca Lumină. Căci Lumina Slavei Sale merge înaintea Feței Sale și este cu neputință ca El să apară altfel decît ca Lumină".*

După zece ani de experiență luminată în singurătate, Serafim revine în lume pentru a începe misiunea sa divină de îndrumare spirituală a oamenilor pe calea mîntuirii.

Avea șaizeci de ani cînd a fost numit stareț.

Încărcat cu darurile sfinte ale marilor puteri dumnezeiești, numele său se răspîndește cu

repeziciune în întreaga Rusie şi astfel mii de pelerini încep să-l viziteze, căutînd sfatul înțelept al sfîntului. Pe mulți îi întîmpina cu salutul *"Bună ziua, bucuria mea!"*. Însă uneori spunea: *"Ce nenorocire văd eu că vine la mine! Ce nenorocire!"*, zărind pe cineva din mulțime. Şi înainte ca cel îndurerat să izbutească a spune ceva, sfîntul repeta: *"Ştiu, ştiu"* şi îl îmbrățişa.

Puterea înțelegerii sale infailibile pătrundea pînă în adîncul inimii celor ce-l vizitau, care primeau răspunsul înainte de a-i mărturisi nevoința. Toți plecau cu o mare bucurie şi uşurare sufletească după întrevederea cu sfîntul Serafim, care mărturisea cu umilință: *"Cînd vine cineva la mine, vine ca la un slujitor al lui Dumnezeu. Ce-mi porunceşte Domnul ca unui rob al Său, aceea eu îi transmit celui ce doreşte să se folosească. Primul gînd apărut în sufletul meu, îl socot trimis de la Dumnezeu şi vorbesc, neştiind ce are interlocutorul meu pe suflet, crezînd numai că aşa îmi arată voia lui Dumnezeu. Lucrez cum vrea El. N-am voință proprie"*.

Pe mulți sfîntul îi vindeca prin puterile sale spirituale, aşa cum istoriseşte principesa Sahaeva despre fiul ei grav bolnav. Părintele Serafim, înainte de a începe să se roage pentru sănătatea lui, i-a spus: *"Tu, bucuria mea, roagă-te şi mă voi ruga şi eu pentru tine, însă stai aşa, fără să te întorci şi să te uiți în altă parte.* Bolnavul a stat aşa mult timp, dar după o bucată de vreme n-a mai putut răbda şi s-a uitat să vadă ce face Părintele. Uitîndu-se, l-a văzut pe Părintele Serafim stînd în văzduh, rugîndu-se, şi, speriindu-se de neobişnuita vedere, a strigat. După ce şi-a terminat rugăciunea, Părintele Serafim s-a apropiat de copil şi i-a spus: *"Iată, acum tu vei spune tuturor că Părintele Serafim se roagă în văzduh. Domnul te va milui, dar tu să nu spui despre aceasta nimănui pînă în ziua morții mele."*

Părintele Serafim sesiza ființele planurilor subtile, prezicea viitorul, întreținea legături telepatice cu pustnicii, răspundea la scrisori pe care niciodată nu le deschidea. El cunoştea de asemenea şi ceasul morții sale şi se pregătea pentru marea trecere. *"Viața mea se scurtează. Timpul meu este mort în toate, dar duhul meu e ca şi cum s-ar fi născut ieri"*, spunea el. Încă o dată sfîntul se va învrednici de vizita Fecioarei Maria, care a fost o prevestire a fericitului său sfîrşit: *"În curînd, alesule al Meu, vei fi cu noi"*. Într-o dimineață, în jurul orei şase, părintele Serafim a fost găsit în chilia sa în genunchi în fața icoanei Maicii Domnului, cu capul descoperit şi cu Evanghelia, pe care obişnuia s-o citească, în fața lui. Îşi avea mîinile încrucişate pe

Scanned with OKEN Scanner

piept, iar faţa lui era liniştită şi senină. Dormea? Încetişor, fraţii au vrut să-l trezească. Dar ochii lui nu s-au mai deschis. În genunchi în faţa Împărătesei sale din ceruri, adormise pentru totdeauna.

Părintele Serafim a cerut să i se pună pe piatra de mormînt următoarea inscripţie: *"După ce nu voi mai fi printre cei vii, veniţi la mormîntul meu: cu cît mai des, cu atît mai bine. Orice aţi avea pe suflet, orice vi s-ar întîmpla, veniţi la mine ca şi cînd aş fi viu şi îngenunchind pe pămînt, vărsaţi-vă tot amarul pe mormîntul meu. Spuneţi-mi totul şi vă voi asculta. Aşa cum îmi vorbeaţi în viaţă, la fel să o faceţi şi acum. Pentru că eu trăiesc şi pururea voi fi."*

A spus aceste cuvinte pentru că a dorit să sublinieze că obstacolul cel mai însemnat în calea mîntuirii este mîhnirea: *"Mîhnirea este viermele inimii... Cine a biruit patimile, acela a biruit şi mîhnirea, iar cel care a biruit lumea, totdeauna este vesel"*. Mîhnirea duce uşor la deznădejde, cel mai grav păcat al omului, care apare în fiinţă doar atunci cînd Dumnezeu îl supune pe om unei mari încercări sufleteşti. *"Nu avem voie să fim trişti !"*, ne adresează Serafim îndemnul său de a urma calea bucuriei, semn al unei inimi care trăieşte în intimitatea lui Dumnezeu. Această bucurie năvalnică a inimii i-a îndreptat viaţa lui Serafim către o rîvnă fierbinte şi un dor copleşitor pentru Dumnezeu, o viaţă de rugăciune neîncetată care în final a făcut ca omul să devină rugăciune. Efortului ascetic consacrat într-un elan nestăvilit către divin i-a răspuns graţia lină a Duhului Sfînt, aducîndu-i pacea lăuntrică, care nu este altceva decît marea netulburată a unei conştiinţe care şi-a regăsit propria-i formă, care s-a reintegrat în propriul ei adevăr.

Scopul vieţii creştine este dobîndirea în fiinţă a Duhului Sfînt: acesta este mesajul central al învăţăturii sfîntului Serafim de Sarov. Pentru aceasta viaţa activă ne pregăteşte prin post, asceză, purificare, rugăciune. Între toate acestea, calea regală de dobîndire a harului este rugăciunea. Ea porneşte de la nivelul exterior al cuvîntului rostit pentru ca în final şi acesta să se topească în cerul infinit al tăcerii. Cea mai înaltă formă de rugăciune este tăcerea. Aceasta nu este un vid mental, o încremenire a minţii în gol, ci este sursa sau izvorul potenţial al tuturor gîndurilor şi energiilor, identic cu esenţa non perceptibilă în care universul îşi revarsă formele.

A asculta tăcerea înseamnă a simţi prezenţa de taină a lui Dumnezeu în adîncul inimii tale. Astfel te vei putea întoarce în tine însuţi, în sălaşul păcii şi nemuririi. Şi continuă mai departe Serafim de Sarov: *"Dobîndeşte pacea în lăuntrul tău şi mii de oameni se vor mîntui în jurul tău"*.

Vom încheia aici prezentarea vieţii şi învăţăturii Sfîntului Serafim de Sarov, care ilustrează în mod desăvîrşit îndemnul pentru cei al căror ultim scop este desăvîrşirea spirituală: a urma permanent şi pretutindeni sfînta verticalitate a voinţei purificate către Împărăţia lui Dumnezeu, căci *"inima nu poate avea adevărata pace decît prin trăirea profundă a acestei aspiraţii"*.

Scanned with OKEN Scanner

Învăţătorul

Camelia Radu

- Cetatea aceasta este pustie; şi totuşi, ea nu trezeşte nici o tristeţe. Pare senină şi împăcată. De ce crezi că ne plac aşa de mult cetăţile vechi?

- Pentru că s-au eliberat de obiceiurile omeneşti.

- Bine, dar cetăţile sunt construite tot de oameni.

- Nu. Sunt întîi visate de oameni care s-au eliberat de obiceiuri, apoi sunt construite de oameni care nu îşi pot permite să aibă obiceiuri şi abia apoi sunt locuite de oamenii cu multe obiceiuri.

- Şi ce este rău în a avea obiceiuri?

- Nu este rău, dar nu poţi înfăptui ceva ce nu înţelegi; pentru că nu îţi aparţine. Oamenii au înlocuit visele cu obiceiurile, iar dacă ai obiceiuri, nu mai ai vise. Eşti doar un îngrijitor şi încă unul prost.

- Par foarte periculoase obiceiurile omeneşti.

- Sunt opusul vieţii.

- Cum aşa? Nu mi se pare nimic rău în a purta o conversaţie cu un prieten. A te plimba, a te parfuma, a te purta normal, a trăi după reguli, ca toată lumea.

- Şi ce înveţi din toate acestea?

- A avea, până la urmă, un program de viaţă corect.

- Un program de viaţă adevărat, care să ţi se potrivească, este un vis. Trebuie să te cunoşti bine ca să afli care este acela. Obiceiurile omeneşti sunt însă acele atitudini despre care crezi că ştii totul şi despre care, în realitate nu ştii nimic; pe care le adopţi fără să gîndeşti, prin imitaţie. Ele ucid viaţa din tine, puţin cîte puţin.

- Şi cum te poţi împotrivi? Cum poţi rămîne viu?

- Cel ce ştie să asculte, să discearnă mirosuri, atingeri, să simtă şi mai ales cine ştie să privească, acela nu rămîne neştiutor.

- Toţi facem asta.

- Mai mult sau mai puţin. Obiceiurile îl fac pe om neatent. Leneş cu sufletul, pentru că nu mai caută soluţii, se mulţumeşte cu răspunsurile altora.

- Doar atît trebuie să facem?

- Simţurile treze sunt doar treceri spre altfel de înţelegere, dar nu sunt chei.

- Şi cheile?

- Pentru asta, trebuie să îţi placă să fii un drumeţ; un călător. A călători este o artă.

- Ca să construieşti, trebuie să ai vise?

- Da, altfel de unde ai şti ce ai de făcut?

- Din cărţi!

- Cărţile sunt colecţii de vise. Mai mari, mai mici... Doar visătorii le înţeleg cu adevărat. Ceilalţi, doar le citesc.

- Un grădinar are vise?

- Fireşte. Doar că el le primeşte de la flori. Vezi, pe deasupra, el mai ştie şi graiul florilor, al păsărilor, al copacilor.

- Dar pădurea? Natura, în general?

- Atîta vreme cît este liberă, pădurea este un izvor de vise. Dacă respecţi visele pădurii, poţi deveni un locuitor, adică un om liber. Pădurea stăpînită de obiceiurile oamenilor devine un parc plictisitor şi nu mai are nimic de spus.

- Păsările visează şi ele?

- Cel mai mult. Ai putea spune că ele sunt visul pămîntului, adică libertatea.

- Pasărea mea din colivie mai visează?

- Cu siguranţă că nu.

- Şi atunci ce să fac? Să îi dau drumul?

- În nici un caz. Să ai grijă de ea, pentru că i-ai luat şansa de a visa şi i-ai dat în schimb cîteva obiceiuri, la fel de strîmte ca şi colivia în care locuieşte.

- Adică nu mai e liberă, depinde de mine.

- Acum, răspunzi pentru viaţa ei şi nu e deloc simplu să răspunzi de viaţa cuiva; pentru că este foarte greu, aproape imposibil, să o cunoşti cu adevărat.

- Vai, ce mă fac?

- O vei privi cu atenţie. Dacă se întristează, înseamnă că nu o cunoşti şi nu te-ai priceput să îi dăruieşti ceea ce îi trebuia. Nu ţi-ai respectat promisiunea. Dacă o vei privi în continuare, vei înţelege ce îi lipseşte şi o poţi salva de la moarte.

- Da, obiceiurile omeneşti sunt ca nişte colivii, iar visele vin doar la oamenii liberi. Şi pentru coliviile oamenilor, a celor atît de mulţi, cine răspunde? Cine trebuie să îşi ţină promisiunea?

- Conducătorii lor.

- Ooo... E greu să fii conducător.

- Da, este cel mai greu.

- Şi cum devii liber?

- Ascultîndu-ţi sufletul.

- Şi cum devii un visător?

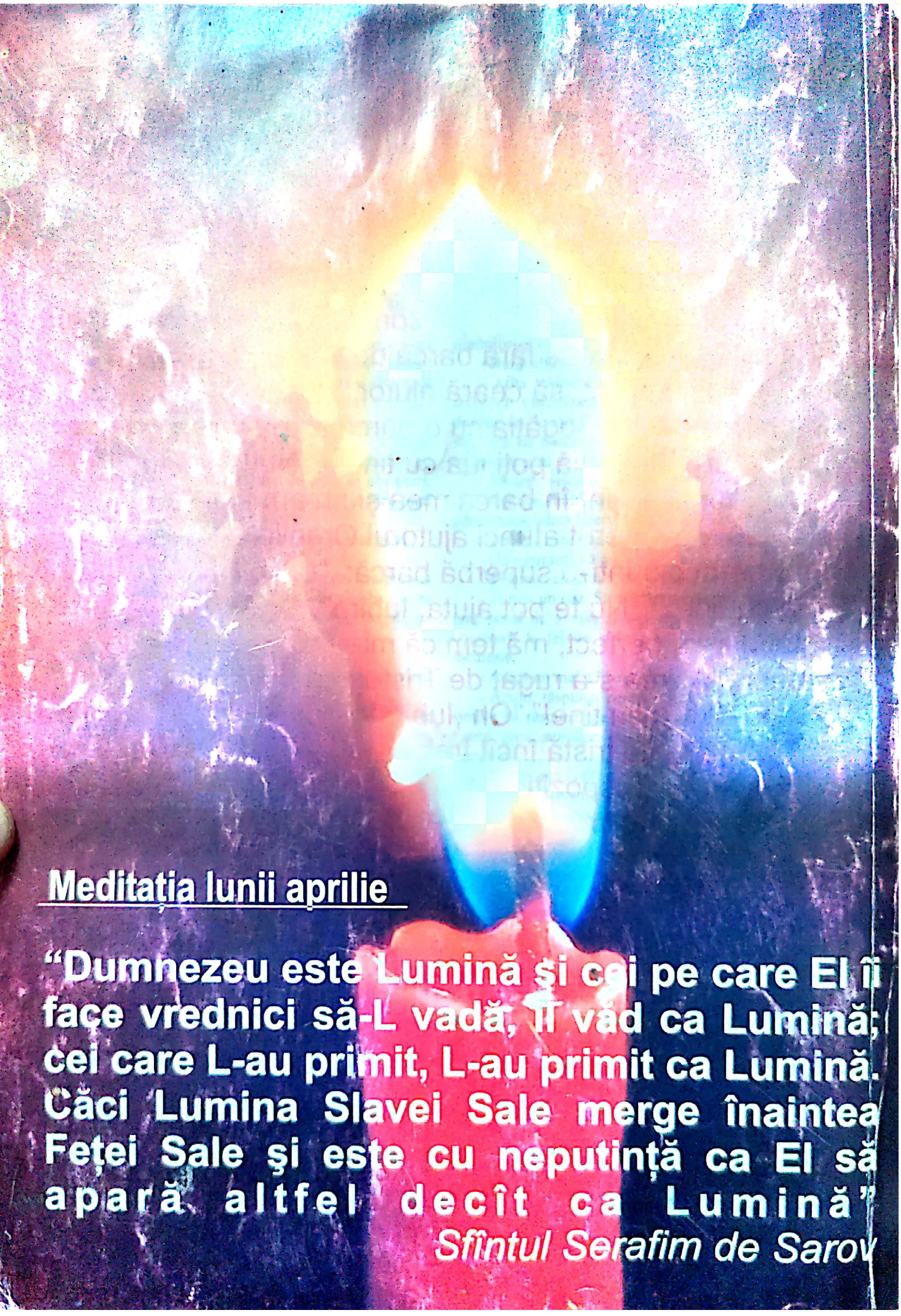
- Mă tem că la această întrebare nu pot să îţi răspund, fiindcă, pentru fiecare om, există alt răspuns. Cîţi oameni, atîtea răspunsuri. Este secretul vieţii fiecăruia dintre noi. Pentru aceasta ne naştem: să aflăm răspunsul.

Scanned with OKEN Scanner

POVESTE

Odată, pe un vapor călătoreau toate sentimentele şi valorile umane: Buna Dispoziție, Tristețea, Înțelepciunea şi cu toate celelalte,Iubirea.
Într-o bună zi, sentimentele şi valorile umane au fost anunțate că vaporul este pe cale să se scufunde. Toate şi-au pregătit bărcile personale şi au plecat.
Doar Iubirea a rămas fără barcă de salvare şi s-a decis să ceară ajutor.
A trecut mai întîi Bogăția cu o barcă luxoasă şi Iubirea i-a spus: "Bogăție, mă poți lua cu tine?" "Nu te pot lua, căci este mult aur şi argint în barca mea şi nu am loc pentru tine."
Iubirea a cerut atunci ajutorul Orgoliului, care trecea pe-acolo într-o superbă barcă: "Orgoliu, te rog, mă poti lua cu tine?" "Nu te pot ajuta, Iubire" - răspunse Orgoliul, "aici totul este perfect, mă tem că mi-ai putea strica barca".
Atunci Iubirea s-a rugat de Tristețe. "Tristețe, te rog, lasă-mă să vin cu tine!" "Oh ,Iubire" - răspunse Tristețea - "sînt atît de tristă încît trebuie să stau singură".
Chiar şi Buna Dispoziție a trecut pe lîngă Iubire, dar era atît de mulțumită încît n-a auzit că era strigată.
Dintr-o dată o voce spuse: "Vino Iubire, te iau cu mine." Era un batrîn pe care nu-l mai văzuse pînă atunci. Iubirea s-a bucurat şi a plecat spre țărm în barca acelui bătrîn.
După ce au ajuns pe pămînt, bătrînul a dispărut fără urmă.
Atunci, Iubirea a întrebat Cunoaşterea: "Cunoaştere, spune-mi cine m-a ajutat?"
"Era Timpul", răspunse Cunoaşterea. "Timpul?", s-a întrebat Iubirea. "Dar de ce tocmai Timpul m-a ajutat?"
Cunoaşterea, plină de înțelepciune, îi răspunse: "Pentru că numai Timpul este capabil să înțeleagă cît de importantă este Dragostea în viață"!

Scanned with OKEN Scanner



Scanned with OKEN Scanner